КАРМАННАЯ БИБЛИОТЕКА

ГОТОВИМ БЫСТРО И ВКУСНО

САМЫЕ ПРОСТЫЕ КУЛИНАРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

PHOTOS BY ANDREY G AKA DONUT190

КАРМАННАЯ БИБЛИОТЕКА

ГОТОВИМ БЫСТРО И ВКУСНО

САМЫЕ ПРОСТЫЕ КУЛИНАРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

АСТ
издательство
МОСКВА

УДК 641
ББК 36.997
Г74

Серия «Карманная библиотека»
основана в 2006 году

Оригинал-макет подготовлен ООО «Издательство Агата»

Г74 **Готовим** быстро и вкусно. Самые простые кулинарные рецепты / ред.-сост. А. Калинина. — М.: АСТ, 2010. — 638, [2] с. — (Карманная библиотека).

ISBN 978-5-17-041259-4

С помощью этого издания кулинария превратится для вас в легкое, необременительное занятие. Предложенные рецепты довольно просты и не требуют многочасового дежурства на кухне. Необычное сочетание обычных продуктов — и новое блюдо готово!

УДК 641
ББК 36.997

© ред.-сост. А.Калинина, 2007

ВВЕДЕНИЕ

Согласитесь, что в наше время редко найдется женщина, готовая каждый день,— да что там день,– несколько раз в день баловать своих домашних вкусными и изысканными блюдами, на приготовление которых она готова потратить массу времени. И происходит это вовсе не потому, что женщины стали более ленивы или невнимательны, нет. Жизнь ускоряется и требует от нас соответствия. И мы все бежим, бежим, бежим... О каких часах стояния у плиты может идти речь?

Конечно, можно поджарить на ужин мясо, сварить гречку и приготовить дежурный салат из помидоров и огурцов. Это вкусно, сытно, но как же надоедает!

Надеемся, что наша книга поможет вам разнообразить меню. С помощью этого издания кулинария превратится для вас в легкое и необременительное занятие. Вы сможете порадовать свою семью простыми и аппетитными блюдами, приготовленными из мяса, дичи, рыбы, субпро-

дуктов, овощей, грибов. Практически все рецепты довольно просты, не требуют дорогостоящих продуктов и многочасового дежурства на кухне. Необычные сочетания обычных продуктов – и новое блюдо готово! Здесь вы найдете массу рецептов вкуснейших салатов, множество вариантов первых, вторых блюд, бутербродов. Пусть вас больше не тревожат мысли о том, что и из чего приготовить. Просто откройте эту книгу!

А для молодых хозяек, которые только осваивают кулинарные премудрости, эта книга станет настоящей находкой.

Надеемся, что вам и вашим близким придутся по вкусу рецепты, предложенные нами.

Приятного аппетита!

САЛАТЫ

САЛАТЫ ИЗ МЯСА, ПТИЦЫ И СУБПРОДУКТОВ

Салат из телятины, зеленого горошка и яблок

250 г жареной телятины, 3 вареных яйца, 100 г зеленого горошка, 1–2 соленых огурца, 1 головка репчатого лука, 150 г майонеза, 1 яблоко, лимонный сок, зелень петрушки, сахар, перец, соль.

Мясо, яйца и огурцы нарезать тонкими полосками, яблоко — кубиками. Лук измельчить. Перемешать все с зеленью, добавить зеленый горошек, заправить солью, сахаром, перцем и лимонным соком. Украсить кусочками телятины, яйца и зеленью. Отдельно подать майонез.

Салат из маринованных грибов, ветчины и свежих овощей

200 г соленых или маринованных грибов, 100 г постной ветчины, 4 отварные картофелины,

1 свежий огурец, 1 свежий помидор, 1 головка репчатого лука, 1 стакан сметаны, 1 вареное яйцо, уксус, соль, сахар, горчица, зеленый салат, зелень укропа или петрушки.

Грибы, ветчину, картофель и огурцы нарезать ровными дольками, перемешать. В сметану добавить уксус, горчицу, соль, сахар. Полученной заправкой залить подготовленные продукты. Украсить ломтиками яйца, помидорами и зеленью.

Салат из мяса, огурцов и зелени

100 г вареного мяса, 2–3 огурца, 3 вареных яйца, 100 г зеленого лука, зелень укропа и петрушки, 200 г майонеза, соль.

Лук мелко нарезать, потолочь с зеленью и перемешать с нарезанными кубиками огурцами. Посолить и дать постоять. Добавить яйца, мясо и майонез. Все перемешать и посыпать зеленым луком.

Салат из мяса, сельди, картофеля и соленых огурцов

250 г жареного или вареного мяса, 3 картофелины, 2 соленых огурца, 2 помидора, 2 вареных яйца, 1 крупное яблоко, 1 вымоченная сельдь, 1 вареная свекла.

Соус для салата: *150 г сметаны, 1 столовая ложка хрена, 2 столовые ложки уксуса, 1 чайная ложка горчицы, зелень укропа.*

Вареный картофель нарезать кубиками. Яблоко очистить и вынуть сердцевину. Яблоко, огурцы, мясо, сельдь нарезать полосками, смешать с картофелем.

Из сметаны, уксуса, хрена, горчицы, зелени приготовить соус и залить им салат. Украсить помидорами, огурцами и яйцами.

Салат из свинины, соленых огурцов с соусом «Южный»

500 г свинины, 450 г картофеля, 350 г соленых огурцов, 100 г зеленого салата, 3 яйца, 250 г майонеза, 60 г соуса «Южный», перец, соль.

Очищенный вареный картофель и жаренное крупными кусками мясо нарезать ломтиками. Соленые огурцы очистить от загрубевшей кожицы, нарезать вдоль на четыре части, удалить семена и также нарезать ломтиками. Подготовленные продукты слегка подсолить, поперчить, перемешать, заправить майонезом и соусом «Южный». Уложить горкой в салатницу, смазать сверху майонезом и украсить продолговатыми ломтиками свинины, дольками вареного яйца,

листьями салата, огурцами, нарезанными кружочками.

Салат мясной с картофелем, яблоками и огурцами

200 г мяса, 3 картофелины, 1 соленый огурец, 1 яблоко, 2 вареных яйца, 150 г зеленого горошка, 1–2 головки репчатого лука, 150 г майонеза, лимон, перец, зелень укропа или петрушки, соль.

Мясо и картофель отварить. Все продукты нарезать кубиками, добавить зеленый горошек, соль, перец, лимонный сок, перемешать с частью майонеза. Полить оставшимся майонезом и украсить зеленью.

Салат из говядины, помидоров и зеленого салата

200 г говядины, 2 яйца, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, зелень петрушки, листья салата, 30 г майонеза, 20 г салатной заправки, соль, перец.

Отварное мясо нарезать тонкими ломтиками или соломкой, промариновать в салатной заправке около часа. Помидоры очистить от кожицы, нарезав на половинки, слегка отжать их, а затем нарезать ломтиками, смешать с мясом, до-

бавив мелко нарезанный лук и майонез. Заправить солью, перцем и выложить в салатницу, украсив кружочками круто сваренных яиц, листьями зеленого салата и веточками петрушки.

Салат мясной с фасолью и картофелем

400 г телятины, 150 г картофеля, 250 г соленых огурцов, 100 г фасоли, 2 яйца, 200 г майонеза, зелень.

Сваренный картофель и огурцы очистить, нарезать кубиками и смешать с мясом, вареной фасолью, нарубленными яйцами. Заправить майонезом, украсить зеленью.

Салат из ветчины с макаронами и цветной капустой

200 г ветчины, 200 г макарон, 1 кочан цветной капусты, 2 корня сельдерея, 2 моркови, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, 3 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка горчицы, соль.

Отварные морковь и сельдерей нарезать соломкой, капусту разделить на кочешки и отварить в подсоленной воде. К подготовленным овощам и отваренным макаронам добавить на-

резанную ветчину, посолить и заправить растительным маслом, уксусом, майонезом и горчицей.

Салат из мяса с листьями салата

200 г отварного или жареного мяса, 1–5 картофелин, 2 свежих огурца, 100 г зеленого салата, ½ стакана майонеза.

Мясо, вареный картофель и огурцы нарезать ломтиками, все перемешать, залить майонезом. Выложить горкой в салатницу, украсить листьями салата, кусочками огурцов и мяса.

Салат мясной со свежими овощами

200 г мяса, 4 помидора, 2 огурца, 2 головки репчатого лука, 200 г риса, 100 г сметаны, перец, зелень укропа или петрушки, соль.

Мясо и рис отварить. Овощи нарезать тонкими кружочками, мясо - кубиками. Добавить сметану, соль, перец и перемешать. Посыпать зеленью.

Салат из телятины и свинины

150 г телятины, 150 г жареной свинины, 3 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 2 яблока, 200 г майонеза, лимонный сок или уксус, соль.

Все продукты нарезать полосками, полить лимонным соком или уксусом и смешать с майонезом. Можно посыпать перцем.

Салат мясной с рисом и апельсинами

250 г жареной говядины, 2–3 апельсина, 1 стакан риса, 1 столовая ложка крахмала, 300 г майонеза, лимонный сок, соль.

Рис сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и промыть холодной кипяченой водой.

Сок апельсина развести водой (1:7), добавить крахмал, вскипятить и сразу смешать с майонезом.

Рис, кубики мяса и кусочки апельсина перемешать, сбрызнуть лимонным соком, заправить приготовленным соусом.

Подавать охлажденным.

Салат мясной с шампиньонами и луком

250 г шампиньонов, 300 г телятины, 1 головка репчатого лука, 1 столовая ложка лимонного сока, перец, соль.

Подготовленные шампиньоны нарезать пластинками, протушить, соединить с нарезанным вареным мясом, добавить мелко нашинкованный лук, горчицу, лимонный сок, посолить, поперчить.

Салат из мяса, языка, картофеля и свеклы

200 г готового мяса, 100 г окорока или рулета, 50 г языка, 3 картофелины, 1 свекла, 2 соленых огурца, 100 г маринованных грибов, 2 яйца, 100 г майонеза или горчичной заправки, зелень.

Отварное мясо и язык, окорок или рулет, отварные картофель и свеклу, очищенные от кожицы огурцы и грибы нарезать кубиками. Продукты соединить и заправить майонезом или горчичной заправкой. Украсить зеленью и яйцом.

Салат из ветчины, фасоли и лука

150 г ветчины, 100 г фасоли, 1 помидор, 80 г зеленого лука, 50 г зеленого салата, 4 - 8 столовых ложек растительного масла, уксус, сахар, соль.

Фасоль сварить, охладить. Ветчину нарезать кубиками, зеленый лук — кусочками, салат — на части. Все перемешать и заправить уксусом, растительным маслом, сахаром, солью. Украсить дольками помидоров и зеленью.

Салат из мяса, яиц и помидоров

500 г мяса или колбасы, 3 - 4 картофелины, 3 - 4 соленых огурца, 3 - 1 столовые ложки зеленого

горошка, 2 яйца, 1 банка майонеза, 3–4 помидора, 100 г фруктов, зелень.

Вареный картофель нарезать соломкой вместе с солеными огурцами и смешать с майонезом, немного поперчить. Выложить горкой. Сверху обложить кусочками вареного мяса или колбасы, зеленым горошком, колечками вареных яиц, консервированных помидоров, фруктов.

Салат из говядины, телятины и свежих огурцов

200 г отварной телятины, 200 г говядины, 2–3 свежих огурца, 3–4 отварные картофелины, 1 морковь, 1 яблоко, 200 г майонеза, 5–6 маринованных грибов, лимон, перец, сахар, соль, зелень.

Продукты мелко нарезать, добавить по вкусу приправы и половину майонеза, все смешать. Уложить в салатницу, полить майонезом, украсить зеленью, ломтиками лимона и кружочками моркови.

Острый мясной салат

400 г говяжьего филе толщиной 2,5 см, ½ красной луковицы, 1 столовая ложка оливкового масла, 2 столовые ложки соевого соуса, 3 столовые

ложки лимонного сока, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка молотого перца чили, 1 столовая ложка измельченных листьев мяты, 1 пучок листьев зеленого салата, 1 -2 столовые ложки измельченных листьев базилика, соль и черный молотый перец.

Подготовленную говядину отбить, натереть солью и черным молотым перцем, выложить в сковороду с разогретым оливковым маслом и обжаривать по 1,5 минуты с каждой стороны. Обжаренную говядину оставить на 5 минут, а потом порезать тонкой соломкой. Лимонный сок перемешать с сахаром и соевым соусом, полить этой смесью мясо, добавить мелко нашинкованный лук, молотый перец чили, половину мяты и перемешать. На блюдо уложить вымытые листья салата, сверху уложить мясной салат, посыпать оставшейся мятой и базиликом и подать.

Мясной салат по-сельски

150 г отварной говядины, 2 вареные картофелины, 2 маленьких соленых огурца, 2 вареных яйца, 1 пучок листьев салата, 6 столовых ложек майонеза, 1 столовая ложка острого кетчупа.

Мясо, картофель, соленые огурцы и яйца нарезать крупными кубиками, листья салата поре-

зать соломкой. Подготовленные продукты соединить, полить смесью майонеза и кетчупа, перемешать, выложить в салатник, украсить кусочками мяса, огурцов, яиц и листьями салата и подать на стол.

Салат «Праздничный»

300 г вареной говядины или телятины, 3 вареные картофелины, 200 г белокочанной капусты, 1 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 4–5 столовых ложек майонеза, 2 яблока, 1 вареное яйцо, соль.

Капусту ополоснуть, тонко нашинковать, высыпать в кастрюлю, прогреть в течение 5–7 минут и остудить. Вареное мясо нарезать соломкой. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины и нарезать маленькими кубиками. Очищенный картофель тоже порезать кубиками, соединить с мясом и капустой, заправить майонезом, посолить, добавить яблоки и зеленый горошек, перемешать и украсить ломтиками яйца.

Салат из тёлятины с яблоками

300 г вареного филе телятины, 1 крупное кисло-сладкое яблоко, 3 апельсина, 1 столовая лож-

ка майонеза, 1 чайная ложка острого кетчупа, 1 столовая ложка лимонного сока.

Апельсины почистить, разобрать на дольки и разрезать каждую из них на 2 -3 части, удаляя косточки. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать небольшими кубиками и сбрызнуть лимонным соком. Охлажденную телятину нарезать тонкими ломтиками или брусочками, соединить с фруктами, заправить смесью майонеза, кетчупа и оставшегося лимонного сока и хорошо перемешать. Готовый салат выложить в салатник, украсить дольками апельсина и подать к столу.

Салат из говядины с фасолью

400 г вареной говядины, 1 цибулина, 400 г консервированной стручковой фасоли, 2 больших грейпфрута, 1 пучок листьев салата, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки винного уксуса, ½ чайной ложки сахара, молотая паприка, соль.

Вареную говядину без жил нарезать небольшими кубиками. Грейпфруты очистить и разделить на дольки, удаляя пленки и косточки. Очищенный лук нарезать тонкими полукольцами. Стручки фасоли разрезать на 2–3 части (замо-

роженную предварительно разморозить и обдать кипятком). Подготовленные продукты сложить в миску и осторожно перемешать.

Приготовить заправку: в уксусе растворить сахар и соль и хорошо перемешать его с растительным маслом. Этой смесью полить салат, вымешать, накрыть крышкой и поставить на полчаса в холодильник. После этого выложить салат в глубокий салатник, застеленный салатными листьями, слегка посыпать паприкой и подать на стол.

Салат из говядины с морковью

150 г отварной говядины, 2 вареные моркови, 2 вареных яйца, 3 вареные картофелины, 1 луковица, 1 гранат, 1 столовые ложки майонеза.

Отварную говядину мелко нарезать, уложить ровным слоем на дно сервировочного блюда и полить майонезом. Лук почистить, ополоснуть, нарезать тонкой соломкой и выложить поверх мяса. Сваренные вкрутую и очищенные яйца натереть на терке или размять вилкой, уложить поверх лука и полить майонезом. Вареную морковь почистить, натереть на крупной терке поверх яиц и тоже полить майонезом. Так же поступить с вареным картофелем. Последним слоем выло-

жить зерна граната. Поставить готовый салат в холодильник для пропитки на 2–3 часа, а потом подать на стол.

Салат из телятины с рисом и зеленью

200 г мякоти телятины (отваренной), ½ стакана риса, 1 луковица, 2 стакана мясного бульона, 1 сладкий перец, 0,5 кг дыни, 1 столовые ложки растительного масла, сок из 1 лимона, 2 столовые ложки измельченной зелени сельдерея, 5–6 листьев салата.

Лук очистить, ополоснуть и мелко нашинковать. Рис несколько раз промыть, всыпать в кастрюлю с кипящим бульоном, добавить лук и, часто помешивая, сварить рассыпчатую кашу. Готовый рис откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой, дать стечь и остудить.

Сладкий перец очистить от семян, промыть и порезать мелкой соломкой. Дыню вымыть, разрезать пополам, удалить семена и специальной круглой ложкой (можно воспользоваться обычной чайной или кофейной) вырезать из мякоти шарики. Вареную телятину нарезать кубиками, соединить с рисом, сладким перцем и дыней, аккуратно перемешать, накрыть крышкой и поставить в холодильник на 1–2 часа. После этого ли-

стья салата промыть, обсушить и выстелить ими сервировочное блюдо.

Лимонный сок перемешать с растительным маслом до однородного состояния, полить этой заправкой салат, перемешать, выложить на листья салата, разровнять поверхность и подать на стол.

Салат из говядины с яблоками

400 г говядины, 2 яблока, 1 вареные картофелины, 1 вареная морковь, 4 соленых огурца, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка консервированного зеленого горошка, 4–5 столовых ложек майонеза, 2–3 столовые ложки сметаны, веточки зелени петрушки или листья салата для украшения, соль, черный молотый перец

Обработанную говядину выложить в сковороду, смазанную маслом, поместить в разогретую духовку и изжарить до готовности, периодически поливая выделившимся соком. Затем мясо остудить и нарезать тонкими ломтиками. Отварной картофель и морковь почистить и нарезать ломтиками. Соленые огурцы тоже мелко порезать. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины и нарезать тонкими дольками. Подготов-

ленные продукты перемешать, добавив зеленый горошек, заправить смесью сметаны и майонеза, посолить и поперчить. Готовый салат выложить горкой в салатник и подать, украсив ломтиками мяса и зеленью.

Салат «Украинский»

300 г отварной говядины или телятины, 100 г филе малосольной сельди, 1 яблоко, 3 вареные картофелины, 2–3 маринованных огурца, 2 вареных яйца, ½ стакана сметаны, 1½–2 чайные ложки горчицы, 1–2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, соль.

Вареное мясо, сельдь и маринованные огурцы нарезать небольшими кубиками. Вареный картофель почистить и тоже порезать кубиками. Яблоко очистить от кожуры и сердцевины и порезать мелкой соломкой. Подготовленные продукты перемешать, заправить салат смесью сметаны и горчицы, выложить в салатник и подать, украсив кусочками сваренного вкрутую яйца и зеленью петрушки.

Салат по-швейцарски

300 г отварной телятины, 2 яблока, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 2–3 столовые ложки оливко-

вого масла, 1 чайная ложка сахара, ½ ч. ложки горчицы, 1 пучок листьев салата, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, соль, черный молотый перец.

Отварную телятину нарезать небольшими кубиками. Очищенный лук мелко нашинковать. Соленые огурцы очистить от кожицы и нарезать маленькими кубиками. Листья салата хорошо промыть, отряхнуть и мелко нарезать. Яблоки очистить от сердцевины и порезать на небольшие кусочки. Подготовленные продукты перемешать, заправить смесью оливкового масла, сахара и горчицы, посолить, поперчить и еще раз перемешать. Готовый салат выложить горкой в салатник, украсить ломтиками мяса, посыпать зеленью и подать на стол.

Салат «Загадка»

400 г свинины, 1 луковица, 2 столовые ложки воды, 4 яйца, 1 яичный белок, 2 молодые картофелины, 1 соленый огурец, 4 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 4 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, соль.

Подготовленную нежирную свинину дважды пропустить через мясорубку вместе с очищен-

ной и разрезанной напополам луковицей. В полученный фарш добавить соль и яичный белок, хорошо перемешать, влить в два приема воду и выбить до однородного состояния. Из этой массы сформовать шарики размером с вишню, опустить их в кипящий подсоленный бульон или воду и варить (после того, как они всплывут) около 5 минут. Выбрать шумовкой и дать остыть.

Молодой картофель очистить, вымыть, опустить в подсоленную кипящую воду и сварить до мягкости, отцедить и остудить. Яйца сварить вкрутую, остудить и почистить. Огурцы очистить от кожицы. Подготовленные продукты нарезать кубиками, соединить, добавить зеленый горошек и охлажденные мясные шарики, заправить салат майонезом и осторожно перемешать. После этого выложить горкой на тарелку, украсить измельченным яйцом, зеленым горошком и зеленью петрушки и подать.

Салат овощной со свининой

200 г отварной свинины, 0,5 кг капусты, 1 свекла, 2 моркови, 1 луковица, 4–5 картофелин, 1½ стакана майонеза, 6 столовых ложек растительного масла, соль.

Картофель почистить, нарезать соломкой и обжарить в горячем масле, чтобы получился кар-

тофель фри. Морковь и свеклу вымыть, почистить и вместе с вареным мясом нарезать мелкой соломкой. Капусту ополоснуть и тонко нашинковать. Очищенный лук измельчить. Выложить подготовленные продукты слоями в глубокое блюдо или салатник, поливая каждый слой майонезом и подсаливая, в следующем порядке: капуста, морковь, свекла, мясо, лук, картофель.

Готовый салат полить сверху оставшимся майонезом, дать пропитаться в течение часа, а потом подать на стол.

Салат из свинины с грибами и йогуртом

400 г отварной нежирной свинины, 200 г свежих шампиньонов, 120 г консервированных ананасов, ½ стакана майонеза, 1½ стакана йогурта, 4 столовые ложки белого вина, 2 чайные ложки горчицы, 1 пучок листьев салата, соль

Шампиньоны хорошо промыть, опустить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить в течение 20 -25 минут. Затем вынуть и нарезать небольшими ломтиками. Вареную свинину и отцеженные от жидкости ананасы нарезать маленькими кубиками и перемешать с грибами.

Четыре порционных салатника выстелить изнутри листьями салата и равномерно напол-

нить ананасовым салатом. Соединить йогурт, майонез, белое вино и горчицу, залить этой смесью салат, поставить его на 15–20 минут в холодильник, а затем подать на стол.

Салат «Наполеон»

200 г вареной свинины, 4 картофелины, 1 стакан чернослива, 200 г свежих грибов, 1 луковица, 1–2 столовые ложки растительного масла, 100 г тертого твердого сыра, 1–2 столовые ложки измельченных грецких орехов, 6 столовых ложек майонеза, соль

Грибы вымыть, мелко порезать, высыпать в сковороду с разогретым маслом, добавить измельченный лук и, помешивая, обжарить до готовности, посолив в конце, после чего остудить. Картофель вымыть, сварить не очищая, остудить и почистить. Чернослив промыть, удалить косточки, порезать мякоть на кусочки, выложить половину на сервировочное блюдо и полить майонезом. Сверху натереть на крупной терке картофель и полить его майонезом. Затем поочередно выложить слоями грибы с луком, мясо, остальной чернослив и тертый сыр, поливая каждый слой майонезом. Готовый салат полить оставшимся майонезом, посыпать орехами, укра-

сить половинками чернослива и поставить на 3–6 часов в холодильник для пропитки.

Салат со свиным окороком

0,5 кг вареного свиного окорока, 3 апельсина, 1 тюбик майонеза, ½ чайной ложки горчицы, 1 столовая ложка смородинового желе, 1–2 столовые ложки измельченных грецких орехов.

Очищенные апельсины разобрать на дольки и разрезать каждую дольку на 2–3 части, удаляя косточки. Вареный свиной окорок нарезать небольшими кусочками. Майонез соединить с горчицей и смородиновым желе, перемешать до однородного состояния, заправить этой смесью мясо с апельсинами, перемешать, выложить горкой в салатник, посыпать орехами и подать на стол.

Салат «Три поросенка»

250 г отварной нежирной свинины, 1–2 луковицы, 3 вареные картофелины, 2 вареные моркови, 1 маленькая вареная свекла, 1 спелый гранат, 3 столовые ложки уксуса, 3 столовые ложки воды, 4 столовые ложки майонеза, сахар.

Уксус смешать с водой и сахаром, чтобы получился сладкий маринад. Лук почистить, опо-

лоснуть, нарезать тонкими полукольцами, залить маринадом и оставить на 1 час.

Вареный картофель, морковь и свеклу почистить и нарезать кубиками. Холодное мясо без сала нарезать маленькими кусочками. Гранат надрезать ножом, разломить и осторожно вынуть зерна. Лук вынуть из маринада, соединить с мясом, овощами и зернами граната, заправить майонезом, перемешать, выложить в салатник, украсить гранатовыми зернами и подать на стол.

Салат из свиного окорока с хреном

200 г вареного свиного окорока, 3 вареных яйца, 3 киви, 1 пучок листьев салата, 2 столовые ложки тертого хрена, 6 столовых ложек сливок, уксус, сахар.

Приготовить заправку. хрен соединить со сливками, добавить сахар и немного уксуса и тщательно перемешать.

Вареный свиной окорок нарезать кубиками. Сваренные вкрутую яйца нарезать соломкой. Киви почистить, нарезать ломтиками и осторожно смешать с яйцами и мясом. Листья салата промыть, промокнуть салфеткой, нашинковать небольшими кусочками и выложить ровным слоем на плоское блюдо. На них уложить салат, полить заправкой и подать.

Салат со свининой «Крестьянский»

200 г вареной свинины, 2 яблока, 3 вареные картофелины, 1 вареная морковь, 2 соленых огурца, 1 цыпленка, 2 вареных яйца, 1 столовые ложки майонеза или сметаны, 3 [illegible]-ный столовый уксус, соль

Вареную свинину, соленые огурцы и очищенные вареные овощи нарезать небольшими кубиками. Яблоки очистить от кожуры и мелко нарезать. Сваренные вкрутую и очищенные яйца размять вилкой и [illegible] для украшения. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать мелкими кубиками, соединить с мясом, овощами и [illegible] уксусом, посолить и перемешать. Готовый салат заправить сметаной или майонезом, выложить горкой в салатник, посыпать мелко нашинкованным желтком и подать к столу.

Салат со свининой

200 г отварной свинины, 2 столовые ложки риса, 6 столовых ложек консервированного зеленого горошка, 2 крупных соленых огурца, 3 вареных яйца, 4–5 столовых ложек майонеза, соль, черный молотый перец.

Рис вымыть, отварить в кипящей подсоленной воде до мягкости, откинуть на дуршлаг и промыть холодной кипяченой водой. Свинину, яйца и огурцы нарезать небольшими кубиками, соединить с вареным рисом и зеленым горошком, посолить, посыпать перцем, заправить майонезом и перемешать. Выложить горкой в салатник и подать на стол.

Пряный салат со свининой

200 г свинины, 1 небольшая свекла, ½ стакана измельченных ядер грецких орехов, 2 яблока, по 1 корню сельдерея и петрушки, 1 пучок зелени сельдерея, 4–5 листьев салата, по ½ чайной ложки измельченного базилика и майорана, 1–2 лавровых листа, соль, черный молотый перец.
Для заправки: *3 сырых яичных желтка, 4 столовые ложки растительного масла, ½ чайной ложки горчицы, ½ чайной ложки сахара, 2 столовые ложки 6%-ного уксуса, соль.*

Свеклу тщательно вымыть, отварить до мягкости, вынуть, охладить, почистить и нарезать небольшими кубиками. Свинину с небольшим слоем сала обмыть, промокнуть салфеткой, посыпать солью и черным молотым перцем и обжарить в собственном жиру. Затем добавить лав-

ровый лист, очищенные коренья петрушки и сельдерея, базилик и майоран и стушить до готовности, после чего остудить и нарезать кубиками.

Приготовить заправку. яичные желтки растереть с солью, сахаром и горчицей, размешать с уксусом и, продолжая тщательно размешивать, ввести растительное масло.

Зелень сельдерея ополоснуть, отряхнуть и измельчить. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины, нарезать тонкими дольками, смешать с зеленью, мясом и свеклой, полить заправкой, перемешать, выложить горкой в салатник и подать, украсив листьями салата и густо посыпав орехами.

Салат по-корсикански

200 г отварной свинины, 1 небольшая редька, ½ стакана консервированного зеленого горошка, 6 столовых ложек сметаны, соль.

Редьку очистить от кожицы, нарезать тонкой соломкой, посолить и оставить на 10 -20 минут, чтобы вышла горечь, а затем слить образовавшийся сок. Свинину тоже нарезать соломкой, соединить с редькой, добавить зеленый горошек, заправить салат сметаной, хорошо перемешать

и выложить в салатник, украсив зеленым горошком.

Салат «Утро»

250 г отварной куриной грудки, 2 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов, 2 персика, 5 листьев салата, 3–4 столовые ложки майонеза, 1 маленький зубок чеснока, соль.

Куриную грудку без кожи нарезать небольшими кубиками. Персики обдать кипятком, снять с них кожицу, удалить косточки, а мякоть порезать на маленькие кусочки. Листья салата промыть, отряхнуть, мелко нарезать, соединить с персиками, мясом и орехами и перемешать. Чеснок почистить, пропустить через чесночницу, смешать с майонезом, заправить этой смесью салат, посолить по вкусу и еще раз перемешать. Готовый салат выложить в салатник, украсить листьями салата и полосками мяса и подать к столу.

Салат «Королевский»

200 г отварного куриного мяса, 4 столовые ложки майонеза, 200 г консервированных ананасов, 7 свежих шампиньонов, ½ чайной ложки горчицы, 3–4 столовые ложки йогурта, 1 столовая

ложка измельченного укропа, соль, черный молотый перец

Свежие шампиньоны вымыть, опустить в кипящую подсоленную воду и варить 15–20 минут до готовности, после чего вынуть и нарезать некрупной соломкой. Куриное мясо без кожи нарезать маленькими кубиками. Колечки ананасов вынуть из банки, отцедить сок, порезать на кусочки, соединить с мясом, грибами и укропом и перемешать.

Приготовить заправку: майонез соединить с йогуртом, добавить горчицу, поперчить и перемешать. Этой смесью заправить салат, еще раз перемешать, выложить в салатник, украсить веточкой укропа и подать к столу.

Салат «Минутка»

0,5 кг вареного куриного мяса, 1 банки консервированных ананасов, ½ стакана майонеза.

Ананасы отцедить от жидкости и нарезать маленькими кусочками. Куриное мясо без кожи нарезать небольшими кубиками, соединить с ананасами, добавить майонез и хорошо перемешать. Готовый салат выложить горкой в салатник или креманки, выдержать 10–15 минут в холодильнике и подать на стол.

Салат «Дон Жуан»

2 копченые куриные грудки, 2 крупных апельсина, ½ стакана очищенных грецких орехов, 2–3 столовые ложки изюма, 1 пучок зелени петрушки, укропа и кинзы, 1 пучок листьев салата, 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка обжаренного арахиса, соль.

Копченые куриные грудки без кожи и костей нарезать маленькими кубиками. Апельсины почистить и нарезать небольшими кубиками, удаляя косточки. Грецкие орехи крупно растолочь или нарубить острым ножом. Изюм перебрать, хорошо промыть и обсушить. Зелень и листья салата мелко нарезать. Подготовленные продукты соединить, заправить смесью майонеза и сметаны, посолить и хорошо перемешать. Готовый салат выложить горкой в прозрачный салатник, посыпать разделенным на половинки арахисом и подать к столу.

Салат «Новогодний»

2 вареные куриные грудки, 1 крупный плод манго, 5 картофелин.

Для заправки: *1 стакан натурального йогурта, 2 столовые ложки майонеза, 1 зубок чесно-*

ка, ½ чайной ложки лимонного сока, 1½ столовой ложки пасты карри, 2 столовые ложки мякоти манго, 1 пучок зелени кинзы.

Очищенный картофель хорошо вымыть, отварить в кипящей подсоленной воде, остудить и вместе с куриным филе нарезать кубиками. Манго очистить, нарезать маленькими кубиками, отложив немного для заправки, соединить с картофелем и мясом и перемешать.

Приготовить заправку: очищенный и мелко нарезанный чеснок растереть с пастой карри и мякотью манго, добавить измельченную кинзу, йогурт и майонез и перемешать в однородную массу с помощью миксера или кухонного комбайна. Затем добавить лимонный сок, еще раз перемешать, залить этой смесью салат, выложить его в салатник и подать с поджаренным в сливочном масле хлебом.

Салат «Экзотик»

400 г отварного куриного мяса, 2–3 мандарина, 150 г консервированных ананасов, 1 стакан сливочного майонеза.

Мандарины почистить, разделить на дольки и нарезать их небольшими кусочками, удаляя косточки. Отцеженные от жидкости ананасы мел-

ко нарезать. Мясо нарезать кубиками, соединить с мандаринами и ананасами, заправить майонезом, перемешать и выложить горкой в салатник или вазочки. Готовый салат выдержать 10–15 минут в холодильнике, а потом подать к столу.

Салат «Браво»

150 г отварного куриного мяса, 2 столовые ложки изюма, сок одного апельсина, ¼ стакана кедровых орешков, 1 пучок листьев зеленого салата, 3 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка белого винного уксуса, ⅓ чайной ложки молотой гвоздики, соль, черный молотый перец.

Из апельсина выжать сок в эмалированную посуду, положить туда же промытый изюм, довести до кипения, снять с огня и дать постоять в течение 20 минут. После этого сок слить, а изюм сложить в миску. Орешки высыпать в сухую сковороду и, помешивая, поджарить на среднем огне в течение 3 минут.

Приготовить заправку: оливковое масло соединить с винным уксусом, добавить гвоздику и перемешать.

Куриное мясо порезать небольшими кубиками, соединить с орешками и изюмом, полить за-

правкой, посолить, поперчить и хорошо перемешать. Готовый салат поставить на полчаса на нижнюю полку холодильника, затем выложить в салатник, застеленный листьями салата, и подать к столу.

Салат по-норвежски

250 г куриного филе, 1 стакан клубники, 2 авокадо, 2 столовые ложки измельченного миндаля, 1 столовые ложки сливок, 1 столовая ложка топленого масла, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка кетчупа, 1 столовая ложка сметаны, 1 небольшой пучок листьев салата, соль, черный молотый перец.

Куриное филе хорошо промыть, обсушить салфеткой, нарезать полосками, поперчить и обжарить в разогретом топленом масле. Затем мясо посолить, выложить на бумажное полотенце, чтобы стек жир, и дать остыть. Авокадо почистить, удалить косточку, а мякоть нарезать небольшими кусочками. Клубнику вымыть, удалить плодоножки, разрезать ягоды пополам и полить лимонным соком с сахаром. Подготовленные продукты соединить и осторожно перемешать.

Приготовить заправку: охлажденные сливки взбить в пышную массу, смешать их с кетчупом и сметаной, посолить и поперчить. Полученной смесью заправить салат, выложить его на порционные тарелки, застеленные листьями салата, посыпать миндалем и подать.

Салат из куриного мяса с манго

400 г куриной грудки без кожи и костей, 1 крупный спелый манго, 4 столовые ложки обезжиренного йогурта, 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки лимонного сока, 3 корня сельдерея, 1 столовая ложка измельченной зелени кинзы, 1 пучок листьев салата, 1–2 столовые ложки обжаренного миндаля, ½ чайной ложки порошка карри, 1½ чайной ложки соли, красный молотый перец.

Куриное мясо залить небольшим количеством воды, добавить чайную ложку соли, довести на сильном огне до кипения и, накрыв крышкой, варить на слабом огне в течение 10 минут. Затем, не вынимая из бульона, дать мясу остыть в течение получаса. Манго почистить, удалить косточку и нарезать небольшими кубиками.

Приготовить заправку: порошок карри обжарить на сухой сковороде в течение 1 минуты, по-

стоянно помешивая деревянной ложкой, до появления сильного аромата. В большую миску влить йогурт, майонез и лимонный сок, добавить карри, 2 столовые ложки размятой мякоти манго, молотый перец и оставшуюся соль и взбить с помощью миксера или кухонного комбайна до получения однородной массы.

Очищенный сельдерей нарезать тонкой соломкой, кинзу измельчить. Отварное куриное мясо вынуть из бульона, порезать небольшими кубиками, соединить с манго, сельдереем и кинзой, добавить заправку и хорошо перемешать. Сервировочное блюдо выстелить листьями салата, выложить на них салат, посыпать нарезанным тонкими пластинками миндалем и подать на стол.

Салат из куриного мяса с черешней

350 г отварного куриного мяса, 1 банан, 1 апельсин, ⅔ стакана консервированной белой черешни, ½ стакана майонеза.

Куриное мясо нарезать небольшими кубиками. Апельсин очистить от кожуры и белых волокон, разделить на дольки и разрезать каждую из них на 2–3 части. Черешни разделить на половинки, удаляя косточки. Очищенный от кожу-

ры банан нарезать толстыми кружочками и перемешать с мясом, апельсинами и черешней. В майонез добавить 1–2 столовые ложки сока от черешни и заправить этой смесью салат. Готовый салат выложить горкой в салатник, выдержать 10–15 минут в холодильнике, а потом подать к столу.

Салат «Наслаждение»

300 г вареного куриного филе, 100 г ветчины, 2 средних яблока, 1 апельсин, 1–2 свежих огурца, по 3 столовые ложки майонеза и сметаны, 2 столовые ложки тертого сыра пармезан, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, соль.

Куриное мясо, ветчину и вымытые огурцы порезать соломкой. Апельсин почистить, разделить на дольки и разрезать каждую на 2–3 части, удаляя косточки. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины, нарезать соломкой, соединить с мясом, огурцами и апельсинами и перемешать.

Майонез смешать со сметаной, залить этой заправкой салат, посолить, еще раз перемешать, выложить горкой в салатник и подать, посыпав тертым сыром и измельченной зеленью петрушки.

Салат по-испански

300 г отварного куриного мяса, 2 больших яблока, 2 апельсина, 3-4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки лимонного сока, черный молотый перец.

Очищенные от кожуры апельсины разобрать на дольки и нарезать их небольшими кусочками, удаляя косточки. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать маленькими кубиками и сбрызнуть лимонным соком. Куриное мясо без кожи измельчить и соединить с фруктами.

К майонезу добавить оставшийся лимонный сок и молотый перец, размешать и заправить этой смесью салат. Подавать, выложив горкой в салатник и украсив апельсиновыми дольками.

Салат «Адам»

200 г отварного куриного мяса, 1 луковица, 1 соленый огурец, 1 яблоко, 1 столовая ложка оливкового масла, ½ чайной ложки сахара, 6–8 листьев салата, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, ½ чайной ложки горчицы, ½ чайной ложки 3%-ного уксуса, соль, красный молотый перец.

Вареное куриное мясо нарезать небольшими кубиками. Салат вымыть, обсушить и мелко на-

шинковать. Репчатый лук почистить, ополоснуть и измельчить. Огурец и очищенное от кожуры и сердцевины яблоко нарезать маленькими кубиками. Соединить подготовленные продукты, добавить зелень петрушки, перемешать, заправить салат оливковым маслом, смешанным с сахаром, молотым перцем, уксусом, горчицей и солью, выложить горкой в салатник и оформить листиками салата и зеленью.

Салат «Мистраль»

400 г отварного куриного мяса, 300 г консервированной спаржи, 100 г консервированных ананасов, ⅔ стакана сливочного йогурта, соль.

Ананасы и спаржу отцедить от сока, вынуть из банок и нарезать маленькими кусочками. Куриное мясо мелко нарубить острым ножом. Подготовленные продукты соединить, заправить сливочным йогуртом, посолить, хорошо перемешать, выложить горкой в салатник и подать, подержав 5–10 минут в холодильнике.

Салат из цыпленка с соевым соусом

300 г вареного филе цыпленка, 2 авокадо, ½ стакана черной смородины, 1 столовая ложка жид-

кого меда, 1 столовая ложка соевого соуса, 4 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка яблочного уксуса, 1 столовая ложка желе из красной смородины, 1 пучок листьев салата, соль, черный молотый перец.

Филе цыпленка разрезать на четыре кусочка и наколоть их со стороны кожицы вилкой. Мед тщательно перемешать с соевым соусом, смазать этой смесью кусочки мяса, посыпать их солью и черным молотым перцем и выложить на решетку. Решетку с мясом поместить на противень, поставить в нагретую до 220 °С духовку и запекать в течение 15 -20 минут до образования хрустящей корочки. Готового цыпленка остудить и нарезать небольшими ломтиками.

Приготовить заправку: оливковое масло соединить с уксусом, смородиновым желе, солью и черным молотым перцем и перемешать до однородного состояния.

Авокадо почистить, удалить косточки, а мякоть нарезать маленькими кубиками и осторожно перемешать с куриным мясом и черной смородиной.

Порционные тарелки выстелить салатными листьями, выложить на них приготовленный салат, полить его заправкой и подать на стол.

Салат из цыпленка с рисом

2 вареные грудки цыпленка, ½ банки консервированных ананасов, 4 столовые ложки отварного рассыпчатого риса, 1 пучок зелени петрушки, 1 столовая ложка сметаны, 5 столовых ложек майонеза, соль.

Ананасы отцедить от сока и порезать маленькими кубиками. Половину сока от ананасов смешать с майонезом и сметаной. Грудки мелко нарезать, выложить на сервировочное блюдо и полить майонезной заправкой. Зелень петрушки промыть, обсушить, мелко нарезать, перемешать с отварным рисом, посолить и равномерно разложить поверх мяса. Сверху уложить кусочки ананасов, полить оставшейся заправкой, дать пропитаться в течение 10–15 минут и подать на стол.

Салат «Фантазия»

Филе и печень 2 жареных цыплят, 6 крупных спелых груш, сок трех лимонов, 2 столовые ложки горчицы, ½ стакана густой сметаны, 1 пучок листьев салата, ½ чайной ложки паприки, соль, черный молотый перец.

Филе жареных цыплят нарезать небольшими кусочками. Груши очистить от кожицы, уда-

лить сердцевину, а мякоть нарезать так же, как мясо, залить соком 2 лимонов и соединить с мясом.

Приготовить соус: жареную печень хорошо размять вилкой или пропустить через мясорубку, добавить к ней оставшийся лимонный сок, горчицу, соль и молотый перец и хорошо перемешать. Охлажденную сметану взбить и осторожно смешать с соусом.

Этим соусом заправить грудки и мясо цыпленка, аккуратно перемешать, выложить в салатник, посыпать черным перцем и паприкой, украсить листьями салата и подать на стол.

Салат по-датски

250 г отварного филе цыпленка, 1 корень сельдерея, 200 г свежих шампиньонов, 1 столовая ложка каперсов, 1½ столовой ложки тертого твердого сыра, 5 столовых ложек майонеза, 1 помидор, соль.

Грибы хорошо вымыть, опустить в кипящую воду и варить 20–25 минут, после чего вынуть и нарезать небольшими ломтиками. Корень сельдерея почистить, ополоснуть и измельчить. Отварное филе цыпленка нарезать соломкой, выложить в миску, добавить туда же грибы, сель-

дерей, каперсы и тертый сыр, посолить, заправить майонезом и тщательно перемешать. Готовый салат выложить в салатник, украсить ломтиками помидора, грибов и кусочками мяса и подать.

Салат из цыпленка с яблоками

200 г отварного филе цыпленка, 2 кисло-сладких яблока, 2 огурца, 4 столовые ложки майонеза, веточки кудрявой петрушки для украшения.

Отварное филе цыпленка и вымытые огурцы нарезать соломкой. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины, натереть на крупной терке, перемешать с мясом и огурцами, заправить майонезом, выложить горкой в салатник, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Салат из цыпленка с вином

300 г филе цыпленка, 1 авокадо, ½ стакана сухого белого вина, сок 1 лимона, 1 пучок зеленого лука, ½ луковицы, 1 столовая ложка сметаны, 2 зубка чеснока, 4 листа салата, соль, молотый кайенский и черный перец.

В кастрюлю влить полстакана воды, вино и половину лимонного сока, добавить соль, чер-

ный молотый перец и сахар и довести смесь до кипения. Опустить туда филе цыпленка и варить 8–10 минут, после чего вынуть, остудить и нарезать мелкими кубиками. Сметану перемешать с 2 столовыми ложками винной смеси, добавить измельченный чеснок, кайенский перец и соль и еще раз перемешать.

Зеленый лук ополоснуть и мелко нарезать, половину луковицы почистить и порезать тонкими полукольцами. Авокадо разрезать пополам и удалить косточку. Вынуть из каждой половинки по 4 чайные ложки мякоти, нарезать ее кубиками, полить оставшимся лимонным соком, перемешать с мясом цыпленка, луком, заправить сметанным соусом и снова перемешать. Листья салата ополоснуть, обсушить, нарезать толстыми полосками, выстелить ими половинки авокадо, наполнить их салатом из цыпленка и подать на стол.

Салат «Французский»

300 г отварного мяса цыпленка, 2 корня сельдерея, 2 сладких болгарских перца, 2 яйца, 1 луковица, 1 пучок листьев салата, 1 столовая ложка уксуса, 2 столовые ложки оливкового масла, соль.

Отварное мясо цыпленка нарезать соломкой. Сладкий красный перец и очищенный лук ополоснуть и нашинковать тонкими кольцами. Коренья почистить, вымыть и натереть на крупной терке. Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить и измельчить. Листья салата хорошо промыть и нашинковать соломкой.

Подготовленные продукты перемешать, заправить салат смесью оливкового масла и уксуса, посолить, выложить горкой в салатник и подать, украсив кусочками мяса и сладкого перца.

Медовый салат с цыпленком

400 г отварного филе цыпленка, 1 авокадо, 1-2 яблока, 2 столовые ложки жидкого меда, 4 столовые ложки оливкового масла, ½ стакана измельченных грецких орехов, 1 пучок листьев салата, соль, черный молотый перец.

Отварное филе цыпленка нарезать небольшими ломтиками. Авокадо ополоснуть, почистить, удалить косточки и вместе с очищенными от сердцевины яблоками нарезать маленькими кубиками.

Смешать мясо с фруктами, половиной пучка измельченных листьев салата и грецкими орехами.

Приготовить салатную заправку: оливковое масло соединить с медом, солью и черным молотым перцем и перемешать до получения однородной массы. Глубокий салатник выстелить листьями салата, на них выложить смесь из мяса и фруктов, полить медовой заправкой и подать.

Салат из цыпленка с грибами и сельдереем

300 г мяса цыпленка, 1 стакан грибов, 1 корешок сельдерея, 1 соленый огурец, 100 г майонеза, 2–3 столовые ложки кислого молока, черный перец.

Вареное мясо, отварные грибы, небольшой корешок сельдерея и соленый огурец мелко нарезать; все смешать. Заправить майонезом, разведенным кислым молоком. Сверху салат посыпать черным перцем.

Салат из птицы с консервированной фасолью

100 г куриного мяса, 100 г ветчины, 2 картофелины, 100 г стручковой фасоли, 1 вареное яйцо, 250 г зеленого салата, 1 яблоко, 1 соленый огурец, 150 г майонеза, зелень, соль.

Картофель и курицу отварить. Салат и стручки фасоли нарезать на 2–3 части, остальные про-

дукты – ломтиками. Все перемешать, заправить майонезом, солью, посыпать зеленью.

Салат из курицы и грибов

500 г вареной курятины, 150 г сухих грибов, 2 яйца, 200 г майонеза, маринованные фрукты, соль, зелень.

Мясо нарезать ломтиком, добавить отваренные грибы, круто сваренные и нарезанные яйца, соль. Заправить майонезом, украсить маринованными фруктами и зеленью.

Салат из птицы, яиц, маринованных огурцов и картофеля

400 г вареной курятины, 100 г отварного картофеля, 200 г маринованных огурцов, 150 г зеленого горошка, 3 крутых яйца, 1 стакан майонеза, соль, перец, сахар, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка томатного пюре

Первый способ. Мякоть вареной курицы очищенные картофель, огурцы и яйца нарезать кубиками, добавить зеленый горошек. Сделать заправку из майонеза, лимонного сока, соли, черного молотого перца. Заправить салат заправкой и выложить в салатник.

Второй способ. Вареное куриное мясо отделить от костей.

Очищенные от кожуры огурцы, картофель, мясо и яйца нарезать полосками.

К майонезу добавить соль, сахар, перец, лимонный сок и томатное пюре. В соус сначала положить огурцы, мясо, горошек и яйца, последним — картофель, все осторожно переложить в салатницу. Украсить горошком, яйцом и зеленью.

Салат из индейки и ананасов

1 грудка отварной индейки, 250 г консервированных абрикосов, 1 - 2 столовые ложки измельченных грецких орехов, 2 столовые ложки обезжиренного майонеза.

Отварную грудку индейки порезать небольшими ломтиками или кубиками, выложить на плоское блюдо и смазать майонезом. Консервированные абрикосы откинуть на дуршлаг, чтобы стек сок, мелко порезать, выложить поверх мяса и тоже смазать майонезом. Посыпать салат орехами и подать к столу.

Салат из индейки с персиками

300 г отварной индейки, 2 персика, 4 абрикоса, 2—3 столовые ложки измельченной зелени петруш-

ки, 3–4 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка обжаренного и измельченного арахиса.

Персики обдать кипятком, снять с них кожицу, удалить косточки, а мякоть порезать небольшими ломтиками. Вымытые абрикосы освободить от косточек и измельчить. Мясо индейки нарубить небольшими кубиками, соединить с персиками, абрикосами, арахисом и зеленью петрушки и перемешать. Полученный салат заправить майонезом, выложить в салатник и подать на стол.

Салат из индейки с черносливом

200 г жареного филе индейки, 150 г свежей мякоти ананаса, ½ стакана чернослива, 4–5 столовых ложек майонеза, ½ пучка листьев зеленого салата, зелень петрушки или укропа для украшения, соль.

Чернослив залить кипятком, дать постоять 10–15 минут, вынуть из воды, удалить косточки, а мякоть крупно нарезать. Мясо индейки нашинковать небольшими тонкими ломтиками. Кружочки ананаса разрезать на 4–6 частей, соединить с индейкой и черносливом, заправить майонезом, перемешать и выложить в неглубокий салатник, застеленный листьями салата. Го-

товый салат украсить зеленью петрушки или укропа и подать на стол.

Салат из индейки с кукурузой

0,5 кг отварной индейки, 1 банка консервированных ананасов, 1 банка консервированной кукурузы, 250 г майонеза, веточки петрушки для украшения.

Отварную индейку без кожи порезать некрупной соломкой. Ананасы и кукурузные зерна отцедить от жидкости, если нужно — мелко порезать, соединить с мясом, заправить майонезом и перемешать. Полученный салат выложить горкой в глубокий салатник, украсить зеленью и подать.

Салат из индейки с квашеными яблоками

300 г жареной или отварной индейки, 5 картофелин, 1 морковь, 2 стакана консервированного зеленого горошка, 2 квашеных яблока, 1 соленый огурец, 3 яйца, ½ стакана сметаны, 4 столовые ложки майонеза, соль.

Картофель и морковь тщательно вымыть, залить холодной водой и сварить до мягкости. Потом слить, остудить и почистить. Яйца сварить вкрутую, остудить и очистить от скорлупы. У яб-

лок удалить сердцевину, а с огурца снять грубую кожицу. Подготовленные овощи, яблоки, 2 яйца и мясо индейки нарезать небольшими кубиками, добавить зеленый горошек, отцеженный от жидкости, и перемешать. Заправить салат майонезом и сметаной, выложить горкой в салатник, украсить ломтиками яйца и зеленым горошком и подать к столу.

Острый салат с индейкой

300 г филе индейки, 1 головка китайской капусты, 2 моркови, 100 г бобовых побегов, 1 маленький стручок острого красного перца, 1 сладкая крымская луковица, 1 столовая ложка арахисовой пасты, 1 столовая ложка белого винного уксуса, 4 столовые ложки растительного масла, 1 крупный корнишон, 2 столовые ложки измельченной зелени кинзы, ½ чайной ложки измельченного имбирного корня, 1 зубок чеснока, 1 чайная ложка сахара, ½ чайной ложки соли.

Индейку без кожи нарезать тонкими ломтиками, сложить в неглубокую миску и отставить в сторону. Очищенный от семян и измельченный острый красный перец, имбирь и пропущенный через чесночницу чеснок перетереть в ступке пестиком. В эту овощную смесь добавить арахи-

совую пасту, кинзу, сахар, соль, половину растительного масла и тщательно перемешать. Выложить острую пасту поверх мяса и оставить мариноваться на 2–3 часа.

Оставшееся растительное масло разогреть в сковороде, выложить туда же индейку с маринадом и обжаривать в течение 10–12 минут, изредка переворачивая мясо на другую сторону. В это время на сервировочное блюдо уложить бобовые побеги, крупно нашинковать китайскую капусту, очищенную и нарезанную брусочками морковь, кольца лука и томаты корнишона. Поверх салата положить обжаренное мясо и подавать горячим.

Салат из индейки с мандаринами

400 г отварной индейки, 3 мандарина, 150 г консервированных ананасов, 1 стакан сливочного майонеза.

Мандарины очистить от кожуры, разделить на дольки, удалить косточки, а мякоть нарезать небольшими кусочками. Отцеженные от жидкости ананасы мелко нарезать, филе индейки без кожи нарезать кубиками, соединить с мандаринами и ананасом, заправить майонезом, перемешать и выложить горкой в салатник. Поставить

салат на 10 минут в холодильник для пропитки, а затем подавать на стол.

Салат из гуся с фруктами

200 г отварного мяса гуся, 2 апельсина, 4 столовые ложки изюма, 2 яблока, 4 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка лимонного сока, 2 чайные ложки сахара.

Апельсины очистить от кожуры, разделить на дольки и мелко порезать, удаляя косточки. Мясо и очищенные от кожуры и сердцевины яблоки нарезать маленькими кубиками. Изюм перебрать и хорошо промыть в теплой воде, после чего обсушить бумажным полотенцем. Майонез растереть с сахаром и лимонным соком, полить этой заправкой сложенные в миску мясо и фрукты, хорошо перемешать, выложить в салатник и подать на стол.

Салат с мясом и сыром

400 г гусиного филе, 1 банка консервированных ананасов, 150 г тертого сыра, 1 пучок листьев салата, 2 столовые ложки растительного масла, ½ чайной ложки сахара, ½ стакана натурального йогурта, ⅓ чайной ложки молотого имбиря, соль, душистый молотый перец.

Филе гуся и отцеженные от жидкости ананасы порезать небольшими кубиками, выложить в сковороду с разогретым растительным маслом, посыпать сахаром и, помешивая, обжарить. Листья салата ополоснуть, обсушить бумажными полотенцами и нарезать тонкими полосками.

Йогурт смешать с имбирем и молотым перцем и слегка посолить. На сервировочное блюдо выложить слоями поочередно листья салата, мясо с ананасами и сыр, повторяя слои, пока не закончатся продукты. Каждый слой слегка полить йогуртом со специями, а оставшимся йогуртом залить салат сверху. Дать салату пропитаться в течение 30–40 минут, затем поместить его на 20–30 минут в холодильник и подать к столу.

Салат из утки с орехами

1 вареная грудка утки без кожи, ½ стакана чернослива без косточек, 2–3 столовые ложки измельченных грецких орехов, 2 столовые ложки майонеза.

Филе утки порезать небольшими ломтиками или кубиками, выложить на плоское блюдо и смазать небольшим количеством майонеза. Чернослив хорошо вымыть, залить на 15 минут кипятком, отцедить, остудить, мелко порезать, вы-

ложить поверх мяса и смазать оставшимся майонезом. Готовый салат посыпать орехами и подать к столу.

Салат из утки с зеленым горошком

200 г отварного мяса утки, 200 г чернослива без косточек, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 2–3 соленых огурца, 3–4 столовые ложки майонеза, веточки петрушки для украшения.

Мясо утки без кожи и огурцы порезать маленькими кубиками. Чернослив промыть, залить на 15 минут горячей водой, затем остудить, удалить косточки, а мякоть порезать на кусочки. Подготовленные продукты соединить с зеленым горошком, заправить майонезом, хорошо перемешать, выложить в салатник, украсить полосками чернослива, кусочками мяса и зеленью петрушки и подать к столу.

Салат из утки с яйцами

400 г отварной утки, 2 яблока, 3 вареных яйца, 1 луковица, 150 г твердого сыра, 4–5 столовых ложек майонеза, 2–3 столовые ложки измельченных грецких орехов.

Мясо утки без кожи порезать маленькими кусочками. Сваренные вкрутую яйца очистить,

разрезать пополам, отделить желтки и измельчить их, а белки мелко нарезать или натереть на терке и выложить ровным слоем на плоское блюдо. Поверх белков выложить мясо и смазать его майонезом. Очищенный репчатый лук мелко нарезать и выложить поверх утки. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и натереть на крупной терке поверх лука. Сверху натереть слой сыра, а поверх него уложить яичные желтки.

Готовый салат залить майонезом, посыпать орехами и поставить на несколько часов в холодильник для пропитки.

Чтобы этот салат получился более вкусным, лучше всего повторить все слои 1–2 раза.

Салат из утки с солеными огурцами

150 г отварного утиного мяса, 2 маринованных огурца, 2 яйца, 4 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 5 столовых ложек майонеза.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить и размять вилкой. Филе утки и очищенные от кожицы огурцы нарезать небольшими кубиками, добавить зеленый горошек и яйца, заправить майонезом, хорошо перемешать и выложить горкой в салатник, украсив ломтиками яйца и зеленым горошком.

Салат из утки с абрикосами и грибами

350 г отварного утиного мяса, 2 яйца, 5–7 шам-пиньонов, 100 г консервированной спаржи, 100 г консервированных абрикосов, 1 стакан майонеза, соль.

Яйца сварить вкрутую, охладить, почистить и мелко нарезать. Шампиньоны хорошо промыть, опустить в кипящую подсоленную воду и варить около 20 минут. Затем вынуть и нарезать небольшими кусочками. Консервированную спаржу и абрикосы отцедить от жидкости и нарезать маленькими кубиками. Подготовленные ингредиенты соединить, заправить майонезом, немного посолить и хорошо перемешать. Выложить в салатник и подать.

Салат с языком

150 г вареного языка, 4 столовые ложки зеленого горошка, 100 г зеленой стручковой фасоли, 2 картофелины, 1 свекла, 2 моркови, 2 маринованных огурца, 2 столовые ложки майонеза, соль.
Для заправки: *3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, 1 чайная ложка горчицы, 1 чайная ложка сахара, ¼ чайной ложки черного молотого перца, ½ чайной ложки соли.*

Стручковую фасоль, картофель, свеклу и морковь вымыть, опустить каждый овощ отдельно в кипящую подсоленную воду и варить до мягкости. Затем вынуть, остудить, почистить и порезать маленькими кубиками. Язык мелко нарезать, соединить с зеленым горошком и вареными овощами, залить заправкой, тщательно перемешать и оставить на 1 час для пропитки. После этого добавить мелко нарезанные огурцы и майонез, снова перемешать и подать салат на стол.

Приготовить заправку: горчицу растереть с солью, сахаром, молотым перцем и уксусом до однородного состояния, затем добавить растительное масло и тщательно перемешать.

Салат из печени

300 г отварной говяжьей печени, 300 г консервированной спаржи, 1 стакан вареной фасоли или бобов, ⅓ стакана натурального йогурта или майонеза, соль.

Спаржу отцедить от сока, вынуть из банки и нарезать маленькими кусочками. Говяжью печень нарезать кубиками, удаляя крупные жилы, соединить с вареной фасолью и спаржей, заправить майонезом или йогуртом, при необходимо-

сти посолить и хорошо перемешать. Полученный салат выложить горкой в салатник, выдержать 10–15 минут в холодильнике и подать.

Салат из вымени с апельсином

300–400 г вымени, 1 луковица, 1 апельсин, 4 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 3 яблока, 1 вареное яйцо, 2–3 столовые ложки растительного масла или смальца, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, 5–6 столовых ложек майонеза.

Подготовленное вымя отварить в кипящей подсоленной воде до готовности, откинуть на дуршлаг, остудить и порезать небольшими кубиками. Лук очистить, ополоснуть и мелко нашинковать. Разогреть в сковороде растительное масло и смалец и поджарить на нем кусочки вымени и лук до золотистого оттенка.

Сваренное вкрутую яйцо почистить и нарезать ломтиками. Апельсин очистить от кожуры, разделить на дольки и нарезать их небольшими кусочками, удаляя косточки. Яблоки, очищенные от кожуры и сердцевины, нарезать маленькими кубиками, смешать с отцеженным от жидкости зеленым горошком, апельсином, поджаренным вымене́м, яйцом и измельченной зеленью петрушки.

заправить майонезом и хорошо перемешать. Выложить полученную массу в салатник, нанести сверху сетку из оставшегося майонеза и поместить на 30–40 минут в холодильник, а потом подать на стол.

Салат из мозгов с рисом

400 г мозгов, 1 стакан вареного рассыпчатого риса, 2 яйца, 2 яблока, 3 столовые ложки муки, ½ стакана оливкового масла, сок половины лимона, 1 столовая ложка сахара, ½ чайной ложки соли.

Обработанные мозги опустить в кипящую подсоленную воду и отварить до готовности, после чего остудить, снять пленку, нарезать небольшими кубиками, запанировать в муке и обжарить, помешивая, в разогретом оливковом масле.

Приготовить заправку: смешать оставшееся оливковое масло, сахар, соль и лимонный сок.

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и размять вилкой или натереть на крупной терке. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать тонкой соломкой. Соединить рис, ломтики мозгов, яйца и яблоки, полить салат заправкой, перемешать, выложить в салатник и поставить на 30–40 минут в холодильник.

Салат из языка с сыром

200 г отварного языка, 1 морковь, 200 г тыквы, 4–5 вареных яиц, 2 столовые ложки тертого сыра, ½ банки консервированной кукурузы, 1 тюбик майонеза.

Язык порезать небольшими кубиками. Морковь и тыкву почистить, ополоснуть и натереть на крупной терке. Сваренные вкрутую яйца порезать тонкими ломтиками или соломкой. Кукурузу отцедить от жидкости. В глубоком салатнике выложить слоями: язык, морковь, яйца, тыкву и кукурузу, повторив слои 1–2 раза и поливая каждый слой майонезом. Готовый салат залить оставшимся майонезом, посыпать тертым сыром и поставить не менее чем на 1 час в холодильник для пропитки.

Салат из сердца с грибами

300 г сердца, 200 г свежих шампиньонов, 4 картофелины, 2 соленых огурца, 2 яйца, ½ стакана майонеза, 2 столовые ложки растительного масла или маргарина, листья зеленого салата для украшения, соль.

Обработанное и подготовленное сердце отварить в кипящей подсоленной воде до готовности, остудить и мелко нарезать. Шампиньоны вы-

мыть, измельчить и поджарить в разогретом растительном масле или на маргарине. Сваренный в мундире и очищенный картофель нашинковать кубиками. Огурцы и сваренные вкрутую яйца натереть на крупной терке и сложить в миску. Смешать субпродукты, грибы, овощи и яйца, посолить, заправить майонезом и перемешать. Затем выложить салат горкой в салатник, украсить листьями зеленого салата и подать на стол.

Салат из вымени с апельсинами и изюмом

300 г вымени, 2 апельсина, ½ стакана изюма, 3–4 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Подготовленное вымя отварить в кипящей подсоленной воде, остудить и мелко нарезать. Очищенные от кожуры апельсины разобрать на дольки, удалить косточки, а мякоть нарезать небольшими кусочками. Изюм несколько раз промыть в теплой воде и обсушить.

Соединить вымя, апельсины и изюм. К майонезу добавить лимонный сок и черный молотый перец, размешать и этой смесью заправить салат.

Подавать, выложив горкой в салатник и украсив тертой апельсиновой цедрой.

Салат по-домашнему

0,5 кг куриных потрохов (сердце, печень и желудки), 3 картофелины, 2 соленых огурца, 5 маринованных шампиньонов, 1 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, соль.

Промытые потроха опустить в кипящую подсоленную воду, сварить до готовности, а затем охладить. Картофель тщательно вымыть, сварить в мундире, остудить и почистить. Огурцы очистить от кожицы. Подготовленные продукты нарезать соломкой, сложить горкой в салатник, заправить майонезом, перемешать, украсить маринованными грибами и зеленью и подать.

Салат к завтраку

200 г жареной куриной печени, 2 картофелины, 1 соленый огурец, 1 луковица, 2 яйца, 1 столовые ложки обезжиренного майонеза, соль, черный молотый перец.

Яйца сварить вкрутую, картофель — в мундире, остудить, почистить и нарезать соломкой, оставив половинку яйца для украшения. Очищенный и вымытый лук тонко нашинковать. Огурец, очищенный от кожицы, и печень измельчить. Соединить подготовленные продукты.

посолить, посыпать молотым перцем, заправить салат майонезом и хорошо перемешать. Выложить горкой в салатник, украсить кружочками яйца и кусочками печени и подать.

Салат из языка

200 г копченого языка, 4–5 картофелин, 1 свежий огурец, 150 г консервированных ананасов, ½ тюбика майонеза, листья зеленого салата для украшения.

Копченый язык нарезать небольшими кубиками. Картофель вымыть, сварить в мундире, слить воду, остудить и почистить. Огурец вымыть, консервированные ананасы отцедить от жидкости. Нарезать овощи и фрукты ломтиками или маленькими кубиками, добавить язык, перемешать, заправить майонезом и выложить горкой в салатник. Украсить листьями зеленого салата и подать на стол.

Салат из ветчины с сельдереем

100 г ветчины, 2 корня сельдерея, 1 столовая ложка зелени сельдерея, 1 отварная картофелина, ½ вареной свеклы, 2–3 маринованных гриба, 1 небольшое яблоко, 4 столовые ложки майонеза, ½ столовой ложки горчицы, 1½ столовой

ложки уксуса, 2½ столовой ложки оливкового масла, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки

Корни сельдерея очистить от кожицы, вымыть и мелко нарезать. Зеленый сельдерей промыть и измельчить. В отдельной посуде соединить горчицу, уксус, оливковое масло взбить, залить этой заправкой сельдерей и оставить мариноваться на 1 час, затем добавить нарезанные небольшими кубиками ветчину и картофель, измельченные грибы, лук, зеленый сельдерей и нарезанное кубиками яблоко, осторожно перемешать с майонезом и выложить в салатник. Украсить блюдо оливками, зеленью петрушки и подать.

Салат из ветчины с авокадо

100 г ветчины, 2 авокадо, 1 стручок болгарского перца, ½ стакана майонеза, 1 чайная ложка острого кетчупа, 6–8 оливок, листья салата для украшения

Сладкий перец очистить от семян, ополоснуть и нарезать недлинной тонкой соломкой. Оливки без косточек и ветчину мелко нарезать. Авокадо разрезать на половинки, выбрать мякоть, размять ее в пюре. Добавить к нему ветчи-

ну, оливки и перец, заправить смесью майонеза и кетчупа и тщательно перемешать. Полученным салатом наполнить половинки авокадо, украсить их листьями салата и подать на стол.

Салат из бананов с ветчиной

2 банана, 80 г ветчины, 2 столовые ложки очищенных грецких орехов, 3 столовые ложки изюма, 3 столовые ложки сливок, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры, ½ чайной ложки молотой корицы, 1 пучок листьев салата

Изюм хорошо промыть и замочить в теплой воде на 10–15 минут, после чего обсушить. Грецкие орехи натереть на крупной терке или крупно растолочь. Очищенные от кожуры бананы нарезать ломтиками толщиной 5–7 мм и смешать с орехами, мелко нарезанной ветчиной и изюмом. Затем добавить сливки, лимонную цедру и корицу, осторожно перемешать, выложить горкой в салатник, застеленный листьями салата, и перед подачей на стол дать постоять полчаса на нижней полке холодильника.

Салат по-польски

200 г отварной ветчины, 2 апельсина, ½ тюбика майонеза, ⅔ стакана риса, 1 чайная ложка

горчицы, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, соль.

Рис промыть, опустить в кипящую подсоленную воду (2 стакана) и сварить рассыпчатую кашу, после чего остудить. Апельсин очистить от кожуры и белых волокон, разделить на дольки и разрезать каждую на 3–4 части. Ветчину нарезать мелкими кубиками, перемешать с рисом и апельсинами, полить смесью майонеза и горчицы и снова перемешать. Готовую смесь выложить в салатник, выдержать около 1 часа в холодильнике, а потом подать на стол, посыпав зеленью петрушки.

Салат из ветчины с виноградом

200 г нежирной ветчины, 1 небольшая виноградная кисть (использовать сорта без косточек), ⅔ стакана замороженного зеленого горошка, 4 вареных яйца, 4 помидора, 2 столовые ложки майонеза, ½ стакана йогурта, 2 столовые ложки кетчупа, 2 столовые ложки вина, 4 столовые ложки овощного бульона, 2–3 столовые ложки измельченной зелени петрушки, 1 чайная ложка паприки, соль.

Горошек разморозить, опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 5–6 минут,

после чего откинуть на дуршлаг и остудить. Ветчину нарезать соломкой. Сваренные вкрутую яйца нарезать вдоль на части. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Виноград промыть, отделить ягоды от кисти и разрезать их пополам. Подготовленные продукты соединить и осторожно перемешать.

Приготовить заправку: майонез перемешать с йогуртом, кетчупом, вином и холодным бульоном, посолить и залить этой смесью салат.

Готовое кушанье поставить на 5–10 минут в холодильник, а потом подать, посыпав зеленью петрушки.

Салат из ветчины с чесноком

150 г нежирной ветчины, 1 стакан чернослива без косточек, 2 столовые ложки измельченных грецких орехов, 3–4 столовые ложки майонеза или сметаны, 1 зубок чеснока, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки или кинзы, соль.

Чернослив хорошо промыть в горячей воде и нарезать небольшими кусочками. Ветчину порезать маленькими кубиками, соединить с черносливом, орехами и зеленью и хорошо перемешать. Чеснок почистить, пропустить через

чесночницу, смешать с майонезом, заправить этой смесью салат и еще раз перемешать. Готовый салат выложить в салатник и подать, украсив орехами и зеленью.

Салат ананасовый с ветчиной

200 г отварной ветчины, 200 г консервированных ананасов, 300 г консервированного зеленого горошка, 1 пучок листьев салата.

Для заправки: *5—6 столовых ложек майонеза, 1 вареное яйцо, 1 корнишон, 1 столовая ложка измельченных каперсов, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, 1 столовая ложка светлого соевого соуса.*

Приготовить заправку: сваренные вкрутую яйца почистить и размять вилкой, добавить майонез, измельченный корнишон, каперсы, зелень петрушки и соевый соус и хорошо перемешать до получения однородной массы.

Салат промыть, обсушить, застелить частью листьев дно салатника, а остальные листья мелко нарезать. Ананас и ветчину нарезать небольшими кусочками, соединить с зеленым горошком и измельченными листьями салата, хорошо перемешать, выложить в салатник, залить заправкой, слегка встряхнуть и подать на стол.

Салат из рулета с кукурузой и гранатом

200 г свино-говяжьего рулета, 1 банка консервированной кукурузы, 1 гранат, 1 огурец, 3 вареных яйца, 1 столовая ложка измельченного зеленого лука, майонез.

Мясной рулет и огурец нарезать маленькими кубиками. Сваренные вкрутую яйца почистить и размять вилкой. Гранат надрезать ножом, разломить руками и осторожно вынуть зерна. Кукурузу отцедить от жидкости, смешать с остальными продуктами, добавить зеленый лук, залить майонезом, перемешать, выложить горкой в салатник и подать на стол, украсив зернами граната и кукурузы.

Салат ветчинный с яблоками и сыром

100 г ветчины, 1 яблоко, по 200 г белокочанной и краснокочанной капусты, 1 соленый огурец, 1 вареная морковь, 2 вареных яйца, 50 г твердого сыра, 2–3 столовые ложки измельченной зелени сельдерея, 3–4 маслины, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка лимонного сока, соль.

Капусту тонко нашинковать, перетереть с солью, полить лимонным соком и растительным маслом и перемешать. Вареную морковь почис-

тить и нарезать кружочками. Огурец порезать маленькими кубиками. Сваренные вкрутую и очищенные яйца и ветчину мелко порезать. Сыр нарезать мелкими кубиками. Маслины освободить от косточек и нарезать соломкой. Яблоко очистить от кожуры и сердцевины, нарезать тонкими ломтиками, соединить с подготовленными овощами, яйцами, ветчиной, сыром и зеленью сельдерея и тщательно перемешать.

Готовый салат выложить горкой в салатник и подать к столу.

Салат «Степной»

100 г ветчины, 100 г козьего сыра, 2 ломтика дыни, 1 зубок чеснока, 2 столовые ложки измельченных грецких орехов, 4–5 листиков салата, по 2 столовые ложки измельченного базилика и мяты, 2 столовые ложки рафинированного растительного масла, 1 чайная ложка соевого соуса, 1 столовая ложка лимонного сока.

Приготовить заправку: чеснок почистить, пропустить через чесночницу, соединить с орехами, высыпать на сухую сковороду и, помешивая, слегка обжарить. Затем добавить растительное масло, перемешать, ввести соевый соус и лимонный сок, снова перемешать, снять с огня и остудить.

Ветчину, сыр и очищенную от кожуры дыню нарезать небольшими кубиками. Листья салата промыть, обсушить, мелко нарезать и перемешать с базиликом и мятой. На сервировочное блюдо выложить слоями дыню, затем смесь ветчины и сыра, а потом зелень. Полить салат заправкой и подать с тостами из белого хлеба.

Салат из манго с бужениной

100 г буженины, 2 манго, 2 вареных яйца, 3–4 столовые ложки консервированной кукурузы, 3–4 столовые ложки оливкового масла, соль, черный молотый перец.

Бужению нарезать небольшими кубиками. Сваренные вкрутую яйца почистить и размять вилкой или натереть на терке. Манго очистить, удалить косточку, порезать маленькими кубиками, соединить с бужениной, яйцами и кукурузой, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом и хорошо перемешать. Готовый салат выложить в салатник и подать на стол.

Салат из грейпфрутов с карбонадом

300 г карбонада, 2 больших грейпфрута, 3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 3–4 столовые ложки майонеза, 1–2 столо-

вые ложки измельченной зелени петрушки, соль, черный молотый перец.

Грейпфруты очистить, разделить на дольки удалить пленки и косточки и разрезать каждую дольку на 3–4 части. Карбонад нарезать небольшими кубиками, соединить с грейпфрутами и зеленым горошком, заправить майонезом, посолить, поперчить и перемешать. Готовый салат выдержать около получаса в холодильнике, потом выложить в салатник, посыпать зеленью и подать к столу.

Салат из бекона с орехами

150 г копченого бекона, 2 красных яблока, 2 моркови, 300 г краснокочанной капусты, 1 стакан очищенных грецких орехов.

Для заправки: *4 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки белого винного уксуса, 3 столовые ложки лимонного сока, ⅔ тюбика майонеза, соль, красный молотый перец.*

Бекон нарезать тонкими полосками и запечь на гриле или в духовке до румяной корочки, после чего остудить и порезать на кусочки.

Приготовить заправку: лимонный сок соединить с уксусом и, постепенно добавляя масло и майонез, медленно взбить венчиком, затем заправку посолить и поперчить.

Капусту тонко нашинковать. Морковь почистить, вымыть и натереть на крупной терке. Грецкие орехи крупно нарубить. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины, порезать небольшими ломтиками, соединить с овощами и орехами, полить заправкой, перемешать и выложить в салатник. Готовый салат посыпать обжаренным беконом и подать на стол.

Салат с беконом-гриль

200 г бекона, 2 огурца, 8 маленьких помидоров, 2 столовые ложки тертого сыра чеддер, 1 городская булка, 4 столовые ложки легкого майонеза, 1 большой пучок листьев салата, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки.

Огурцы вымыть и нарезать крупными кусочками. Помидоры разрезать пополам и осторожно перемешать с огурцами. Листья салата ополоснуть и измельчить. Майонез перемешать с 2 столовыми ложками воды и зеленью петрушки и отставить.

Бекон порезать на ломтики, наколоть на деревянные палочки и разложить на решетке разогретого гриля. Булку порезать на небольшие кусочки, уложить их рядом с мясом и, поворачивая, готовить 4–5 минут на гриле, пока они не

станут золотистыми и хрустящими. После этого булку слегка остудить, а бекон снять вилкой с палочек. Мясо и булку добавить в салат, полить его майонезом с зеленью, посыпать тертым сыром и подать на стол.

Салат из корейки с дыней

100 г копченой корейки, 200 г дыни, 2 зеленых яблока, 1 большой пучок листьев зеленого салата, 2 вареных яйца, 6 столовых ложек оливкового масла, сок двух лимонов, соль, черный молотый перец.

Дыню очистить от корки, удалить семена и нарезать мякоть небольшими кубиками. Сваренные вкрутую яйца почистить и нарезать ломтиками. Салат промыть, обсушить и тонко нашинковать. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать кубиками и полить соком одного лимона, чтобы не потемнели. Корейку нарезать тонкой соломкой и соединить с дыней, яблоками и листьями салата.

Приготовить заправку: оливковое масло смешать с оставшимся лимонным соком, посолить, поперчить и перемешать. Этой смесью заправить дынный салат, перемешать, выложить его в салатник, украсить ломтиками яиц и подать к столу.

Салат с беконом по-йоркширски

100 г бекона, 10 белых слив, 1 пучок кресс-салата, 1–2 столовые ложки кедровых орешков.
Для заправки: *100 г мягкого сыра, ½ стакана сметаны, 4 столовые ложки орехового масла, 3 столовые ложки лимонного сока.*

Бекон нарезать тонкими ломтиками и обжарить на сухой сковороде до получения хрустящей корочки, после чего порезать соломкой и остудить. Сливы вымыть, удалить косточки и порезать на дольки.

Приготовить заправку: сметану и мягкий сыр взбить до получения однородной массы с помощью кухонного комбайна или миксера, постепенно добавляя ореховое масло и лимонный сок. Выложить салат на сервировочные тарелки, выстеленные листьями салата, полить их заправкой, посыпать орешками и подать.

РЫБНЫЕ САЛАТЫ

Салат из свежей рыбы с яйцом и зеленью

300 г свежей рыбы, 1 яйцо, майонез, зелень петрушки, черный перец, лавровый лист, соль.

Сварить рыбу в подсоленной воде с добавлением нескольких горошин черного перца и лав-

рового листа. Отделить мякоть от костей и нарезать тонкими ломтиками. Смешать со сваренными вкрутую яйцами, нарезанными кубиками. Залить майонезом, посыпать зеленью петрушки. Готовый салат украсить зеленью петрушки и дольками лимона или красных помидоров.

Салат из свежей рыбы с помидорами и огурцами

250 г рыбы, 1 соленый огурец, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, 1–2 яблока, 100 г майонеза, перец, горчица, соль.

Рыбу отварить в небольшом количестве воды вынуть кости, разделить на кусочки. Остальные продукты нарезать кубиками и соединить с рыбой. Заправить солью, перцем, горчицей, майонезом.

Салат из свежей рыбы с яйцами, редисом и огурцами

300 г свежей рыбы, 2 яйца, 2 свежих огурца, 3–4 редиски, 3 столовые ложки растительного масла, 2–3 столовые ложки уксуса, черный перец, лавровый лист, соль, зелень петрушки.

Отварить рыбу, как указано выше, отделить мякоть от костей и кожицы, нарезать ломтика-

ми и уложить на тарелку. Вокруг разложить кружочки огурца и редиса. Готовый салат полить смесью из растительного масла, уксуса и соли по вкусу. Посыпать мелко нарубленными крутыми яйцами и зеленью петрушки.

Салат из рыбы с рисом

200 г рыбы, 2 столовые ложки риса, 3 головки репчатого лука, 150 г зеленого салата, 3 яйца, 5 столовых ложек майонеза, соль, специи.

Филе отварить и нарезать ровными кусочками. Лук нарезать кольцами и залить кипятком, чтобы не было горечи. Через 1–2 минуты воду слить, а лук охладить. Рыбу смешать с луком, отваренным рисом, мелко нарезанными яйцами и зеленым салатом, заправить майонезом и хорошо перемешать. Выложить в салатницу горкой и украсить ломтиками рыбы, кружочками яиц, листиками салата.

Салат из рыбы с помидорами

200 г рыбного филе, 1 помидор, 1 свежий огурец, 3 вареные картофелины, 75 г зеленого салата, 75 г корнишонов (или 1 соленый огурец), ½ стакана майонеза, 1 столовая ложка уксуса.

Сваренную охлажденную рыбу (осетрину севрюгу, белугу, судака, лососину) нарезать маленькими кусочками; очищенные картофель, свежий огурец, корнишоны и помидоры нарезать ломтиками, сложить все в миску, прибавить нарезанный зеленый салат. Перед подачей на стол продукты слегка посолить и смешать с майонезом и уксусом, затем уложить горкой в салатницу, поместив в центре горки красивые листики зеленого салата, а вокруг, по овалу, уложить кружки помидоров и огурцов. Можно салат украсить икрой — паюсной, зернистой или кетовой, ломтиками семги, лососины, кеты, осетрины и маслинами без косточек. В салат можно прибавить репчатый или зеленый лук (50 г)

Салат из трески с хреном

250 г филе трески, 4—5 картофелин, 2 огурца, 100 г хрена, ½ стакана майонеза, 2 чайные ложки уксуса, 50 г зеленого лука, зелень, соль.

Сваренную холодную треску нарезать кусочками. Очищенный картофель и огурцы нарезать ломтиками. В миску положить натертый хрен, добавить майонез, соль, уксус, смешать с нарезанной рыбой, картофелем, огурцами и переложить в салатницу. Салат украсить кусочками

огурца, мелко нарезанным зеленым луком, натертым хреном и веточками зелени петрушки.

Салат из рыбы, яиц и моркови

500 г рыбы, 3 яйца, 3 головки репчатого лука, 2 моркови, 3 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Отварную рыбу и сваренные вкрутую яйца мелко нарубить. Лук и морковь обжарить в сливочном масле. Все компоненты перемешать, посолить, поперчить и заправить жиром, в котором жарились овощи.

Салат из хека с картофелем и яйцами

400 г рыбы, 3–4 картофелины, 1 огурец, 3 яйца, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, ½ банки майонеза, соль, сахар, специи.

Отварную рыбу (филе) нарезать кусочками, залить маринадом из уксуса, растительного масла, сахара, соли и поставить на один час в холодильник. Отварной картофель, соленые или маринованные огурцы, крутые яйца нарезать тонкими ломтиками. Вынуть рыбу из маринада, заправить майонезом, выложить на середину са-

латницы на слой овощей, заправленных майонезом, украсить листиками зеленого салата и дольками крутого яйца.

Для этого салата можно использовать и натуральные рыбные консервы.

Салат из рыбы, помидоров со сметаной

200 г рыбного филе (морского окуня, трески, хека), 2 картофелины, 3 помидора, 20 г салата, 80 г зеленого лука, 4 столовые ложки сметаны

Филе рыбы припустить и охладить. Отварной картофель, помидоры, салат нарезать кусочками, лук нашинковать. Продукты перемешать и заправить сметаной. Украсить рыбой, помидором, яйцом, листьями салата.

Салат из рыбы, картофеля и зеленого салата

200 г трески или хека, 4—5 картофелин, 2 огурца, 100 г зеленого салата, 150 г майонеза, зелень укропа или петрушки, соль.

Рыбу сварить, отделить от костей и нарезать кусочками, картофель и огурцы — ломтиками, листья салата — на 3–4 части. Перемешать, посолить, добавить майонез, украсить зеленью и дольками огурца.

Салат из сельди с маринованными грибами

1 сельдь, 3–4 картофелины, 100 г соленых или маринованных грибов, 1–2 огурца, 1–2 головки репчатого лука, зеленый лук, ½ стакана салатной заправки, соль.

Картофель отварить. Все овощи нарезать ломтиками, сельдь — кусочками, посолить, полить салатной заправкой. Украсить грибами и зеленым луком.

Салат из рыбы с овощами

200–300 г свежей рыбы, 3–4 картофелины, 2–3 соленых огурца, 200 г зеленого горошка, 200 г сметаны, лимон, зелень укропа, соль.

Рыбу сварить с добавлением кореньев, охладить, филе нарезать кусочками. Добавить отваренный и нарезанный картофель, огурцы, зеленый горошек, посолить, полить лимонным соком и сметаной. Посыпать зеленью.

Салат из камбалы с майонезом

1,5 кг рыбы, 5 картофелин, 3 яйца, 2 банки майонеза, соль.

Отварить рыбу в подсоленной воде и охладить в бульоне. Вынуть, дать стечь отвару. От-

делить мякоть от костей и кожицы. Вареный картофель нарезать крупными дольками, залить майонезом и выложить на блюдо. Сверху положить кусочки рыбы и снова залить майонезом. Гарнировать вареными яйцами.

Салат из трески, яиц и сыра

500 г рыбы, 3 яйца, 2 головки репчатого лука, 50–60 г голландского сыра, 1 банка майонеза, 5–6 маслин, перец, соль.

Отварное филе, сваренные вкрутую яйца, репчатый лук порубить, добавить тертый сыр, специи, заправить майонезом и хорошо перемешать. Выложить в салатницу, украсить зеленью и маслинами.

Салат из судака, картофеля и маринованного перца

300 г судака, 2 картофелины, 1 огурец, маринованный перец, 150 г майонеза, соль.

Рыбу отварить, филе нарезать небольшими кусочками, отварной картофель и остальные продукты — соломкой. Все перемешать, заправить солью и майонезом. Вместо маринованного можно использовать свежий перец, предва-

рительно испеченный в духовке. В этом случае добавить сахар и лимонный сок.

Салат из хека с майонезом

350 г рыбы, 1 яйцо, ½ лимона, по 2 столовые ложки майонеза и сметаны, зелень петрушки, перец молотый, соль.

Подготовить филе хека, отварить и нарезать тонкими ломтиками, а сваренные вкрутую яйца — кубиками. Сложить в салатницу, добавить соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки, перемешать, полить смесью майонеза и сметаны и украсить ломтиками лимона.

Салат из трески, моркови и картофеля

600 г рыбы, 300 г овощного салата, 2 картофелины, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 3 столовые ложки зеленого горошка, 1 банка майонеза, соль.

Рыбу разделать, сварить в отцеженном отваре из овощей и пряностей. Охладить, снять кожу, отделить мякоть от костей, нарезать маленькими ломтиками и смешать с 2 ложками майонеза (масса должна быть густой). Овощной салат, заправленный майонезом, уложить на длинное плоское блюдо. Рыбную массу разделить лож-

кой на овальные порции, залить слегка разжиженным майонезом и уложить на салат. Украсить зеленью, огурцом, четвертинками помидоров и густым майонезом.

Салат из раков, зеленого горошка и картофеля

2 рака, 150 г зеленого горошка, 150 г огурцов, 100 г картофеля, 2 корня сельдерея, 1 яблоко, 50 г майонеза, зеленый салат, сахар, соль.

Картофель отварить в кожуре и очистить. Яблоко и сельдерей крупно натереть. Остальные овощи и мякоть вареных раков мелко нарезать, перемешать, добавить зеленый горошек. Заправить майонезом, сахаром, солью. Украсить листьями зеленого салата.

Салат из раков, помидоров и цветной капусты

200 г раковых шеек, 2 яйца, 100 г зеленого салата, 100 г картофеля, 100 г помидоров, 100 г цветной капусты, 50 г зеленого горошка, 50 г моркови, 100 г майонеза, салатная заправка.

Очищенные раковые шейки и клешни сложить в неокисляющуюся посуду, полить салатной заправкой, оставить на несколько минут. На

середину салатницы положить горкой овощи, нарезанные кубиками и заправленные майонезом, а на них — мясо раков. Вокруг горки уложить «букетами» кружки яиц, вареной моркови, кочешки вареной цветной капусты, зеленый горошек, помидоры, зеленый салат. Гарнир тоже полить салатной заправкой. Салат сверху можно украсить маслинами или дольками чернослива.

Так же можно приготовить салат из крабов, печени трески.

Салат из свежей сельди с грибами

600 г сельди (салаки или сардины), 3–4 столовые ложки сливочного масла, 3–4 сухих гриба, 3–4 головки репчатого лука, 2 яйца, 2 свежих помидора, 3 столовые ложки сметаны, перец молотый, соль.

Филе свежей сельди посолить, запанировать в муке и обжарить с обеих сторон. Сухие грибы отварить до готовности. Репчатый лук и свежие помидоры поджарить до мягкости, а затем добавить рубленые вареные грибы и слегка поджарить. Все смешать, пропустить через мясорубку, влить густой соус, приготовленный из поджаренной до светло-желтого цвета пшеничной муки (1 столовая ложка), грибного бульона и смета-

ны. Добавить яичные желтки, соль, молотый перец, перемешать. Затем влить взбитые яичные белки и осторожно вымешивать. Подготовленную массу выложить на смазанную жиром и посыпанную молотыми сухарями сковороду, разровнять сверху, смазать сметаной (2 столовые ложки) и запечь в духовке.

Перед подачей салат нарезать на порции и полить растопленным маслом.

Салат из осетрины с помидорами и яблоками

300 г осетрины, 3–4 картофелины, 2 огурца, 1 яблоко, 2 помидора, зеленый салат, 1 вареное яйцо, 200 г майонеза, соль.

Картофель и осетрину отварить. Овощи и рыбу мелко нарезать, посолить, перемешать и заправить майонезом. Перед подачей к столу добавить нарезанное яблоко. Украсить зеленым салатом и яйцом.

Салат из сельди и яиц с луком

2 сельди, 3 яйца, 1 головка репчатого лука, 3 столовые ложки уксуса, 1 столовая ложка маргарина, ½ чайной ложки сахара, зелень укропа, горчица, соль.

Сельдь вымочить, филе нарезать кубиками. Лук нарезать и обжарить на маргарине. Яйца взбить вместе с уксусом и этой смесью залить лук (яйца должны свернуться), приправить горчицей и сахаром, посолить. Сельдь выложить в остывший соус. Украсить зеленью и вареным яйцом.

Салат из сельди и риса

1 сельдь, 2 столовые ложки риса, 2–3 головки репчатого лука, 40–50 г зеленого салата, 3 яйца, 3–4 столовые ложки майонеза.

Сельдь очистить от кожи и костей, нарезать кусочками или соломкой. Репчатый лук нарезать полукольцами и залить кипятком. Через 1–2 минуты воду слить, а лук быстро охладить. Листики салата нарезать соломкой. Рис перебрать, промыть, засыпать в кипящую подсоленную воду (3 стакана воды на 2 столовые ложки риса) и варить до готовности. Отваренный рис переложить в дуршлаг и охладить. Сельдь смешать с рисом, луком, добавить мелко нарезанные яйца, зеленый салат. Заправить майонезом и хорошо перемешать. Выложить в салатницу горкой и украсить ломтиками сельди, яйцами, зеленым салатом.

Салат из сельди с луком и яблоками

200 г сельди, 1 головка репчатого лука, 1 яблоко, 25 г сметаны, уксус, зелень петрушки, сахар, соль.

Вымоченную сельдь разделать на филе. Каждый кусочек разрезать на 3—4 части и уложить в салатницу или на селедочницу. Затем натереть яблоки на крупной терке, добавить мелко нарезанный лук, смешать со сметаной, заправить солью, уксусом, сахаром. Уложенную сельдь залить полученным соусом, сверху посыпать мелко рубленной зеленью петрушки.

Салат из сельди с картофелем и солеными огурцами

1 сельдь (200 г), 2 картофелины, 2 соленых огурца, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 4 столовые ложки майонеза, 2 яйца.

Нарезать кубиками отварной картофель, очищенные от кожицы огурцы, вареную морковь, крутые яйца. Обработанную и хорошо промытую сельдь нарезать кубиками, репчатый лук мелко нашинковать. Смешать все компоненты и заправить майонезом. Сверху салат можно украсить зеленым луком.

Салат из сельди с картофелем и луком

200 г соленой сельди, 3 картофелины, 2 головки репчатого лука, 200 г майонеза, 2 вареных яйца, перец, соль.

Отварной картофель и филе сельди нарезать полосками, лук и белки яиц – кубиками. Укладывать слоями: слой картофеля посыпать солью, луком, перцем; выложить слой сельди, прикрыть картофелем и залить майонезом.

Салат из сельди с помидорами

1 сельдь (соленая или копченая), 3 свежих помидора, 3 свежих огурца, 2–3 головки репчатого лука, ½ стакана салатной заправки, зелень.

Свежие огурцы и помидоры нарезать кружочками, лук — кольцами. На тарелку положить слоями помидоры, ломтики нарезанного наискось филе соленой или копченой сельди и лук. Перед подачей к столу заправить салатной заправкой и посыпать зеленью.

Салат из сельди, белого хлеба и лука

2 соленые сельди, 100 г белого хлеба, 2 яйца, 1 яблоко, 1–2 головки репчатого лука, 1–2 столовые ложки растительного масла, ½ чайной ложки

сахара, 2 - 3 столовые ложки белого вина из столового уксуса, молотый перец, соль.

Филе вымоченной сельди порубить на деревянной доске вместе с сырым репчатым луком и сваренными вкрутую яйцами до получения однородной массы. Добавить черствый пшеничный хлеб (без корки), замоченный в вине, 3%-ном столовом уксусе, тертое антоновское яблоко, соль, сахар, растительное масло, молотый перец и хорошо перемешать. Придать полученной массе форму сельди, приставив головку и хвост, посыпать рубленым яйцом и мелко нарезанным укропом.

Гарнир — нарезанные ломтиками свежие огурцы, помидоры, яблоки (свежие или маринованные), зеленый лук, листики салата.

Салат из сельди с творогом

1 сельдь, 2 стакана творога, ½ стакана сметаны, 1 стебель зеленого лука, ½ чайной ложки сахара, 15 - 20 г сыра, соль, укроп.

Филе сельди и творог дважды пропустить через мясорубку. Добавить сметану, сахар, мелко нарезанные лук и укроп, хорошо взбить и поставить в холодное место. Перед подачей посыпать твердым сыром.

Салат из сельди с зеленой фасолью

3 слабосоленые сельди, 3 картофелины, 300 г зеленой фасоли, 1 головка репчатого лука, 100 г майонеза, соль.

Стручки фасоли разрезать на 2–3 части, протушить в небольшом количестве воды. Сельдь разделить на кусочки, вареный картофель нарезать дольками. Подготовленные продукты смешать, посолить и заправить майонезом с тертым луком.

Салат из сельди с грибами

2 сельди, 250 г помидоров, 100 г тушеных шампиньонов, 100 г тушеных белых грибов или лисичек, 1–2 головки репчатого лука, 1 стакан молока, 180 г майонеза, 2 столовые ложки творога, соль.

Сельдь вымочить. Помидоры, грибы, филе сельди и лук нарезать кубиками. Залить майонезом, посолить, соединить с творогом и молоком. Все перемешать.

Салат из соленой и копченой сельди

400 г соленой сельди, 100 г копченой сельди, 2–3 соленых огурца, 3 яблока, 2 вареных яйца, 1 го-

ловка репчатого лука, 200 г майонеза, зелень, соль.

Сельдь вымочить, разделать. С копченой сельди снять кожу, очистить от костей. Нарезать сельдь кубиками. Яйца, яблоки, лук, огурцы нарезать, смешать с сельдью и майонезом. Залить салат оставшимся майонезом. Украсить зеленью. Салат подавать к жареному картофелю. Можно использовать и для бутербродов.

Салат из копченой сельди с овощами

1 копченая сельдь, 1–5 картофелин, 1–2 огурца, 1–2 помидора, 100 г зеленого лука, 1 стакан салатной заправки, зеленый салат, зелень петрушки, соль.

Картофель отварить. Сельдь очистить и вынуть кости. Сельдь и овощи, кроме зеленого салата, мелко нарезать, перемешать, посолить и заправить салатной заправкой. Украсить листьями салата и посыпать зеленью.

Салат из сельди, помидоров и сладкого перца

200 г сельди, 250 г помидоров, 150 г красного сладкого перца, 1–2 головки репчатого лука, 25 г салата.

Для заправки: *4 столовые ложки растительного масла, уксус, перец, зелень петрушки, соль.*

Филе сельди нарезать кусочками и смешать с измельченными помидорами, перцем, луком, салатом. Полить заправкой и украсить зеленью.

Салат из сельди с фасолью

100 г сельди, 2 картофелины, 1 стакан фасоли, 2–3 соленых огурца, 100 г зеленого лука, 1½ столовой ложки растительного масла, сахар, уксус, горчица, соль.

Фасоль сварить и охладить. Сельдь вымочить, очистить, вынуть кости и нарезать кусочками. Картофель и огурцы нарезать ломтиками, мелко нарезать зеленый лук. Все продукты перемешать с фасолью. Добавить растительное масло, соль, сахар, уксус и горчицу.

Салат из сельди с фасолью и яблоками

1 сельдь, 2 картофелины, 50 г фасоли, 2–3 яблока, 1 головка репчатого лука, 2–3 соленых огурца, 2–3 столовые ложки растительного масла, горчица, зеленый лук, сахар, перец, уксус, соль.

Фасоль замочить в кипяченой воде на 12 часов и отварить в этой же воде. Сельдь вымочить и разделать, картофель сварить. Все продукты

мелко нарезать, перемешать и соединить с фасолью. Добавить растительное масло, соль, сахар, уксус, перец, горчицу. Украсить зеленым луком.

Салат из сельди с овощами и яблоком

2 сельди, 2 - 3 картофелины, 1 - 2 огурца, 1-2 моркови, 1 яблоко, 2 головки репчатого лука, 2 помидора, 2 вареных яйца, 3 - 4 столовые ложки майонеза, уксус, 1 чайная ложка соуса «Московский», зеленый салат, зелень петрушки или укропа, соль.

Морковь и картофель отварить, сельдь очистить и вынуть кости. Все продукты нарезать небольшими кубиками и перемешать. Добавить майонез, уксус, соус, посолить и перемешать. Посыпать зеленью, украсить помидорами, яблоками и листьями зеленого салата.

Салат из сельди, рубленной со шпиком

2 соленые сельди, 1 - 2 головки репчатого лука, 50 г шпика, 1 - 2 столовые ложки уксуса, ½ чайной ложки столовой горчицы, 5 столовых ложек горчичной заправки.

Филе вымоченной соленой сельди, шпик и лук пропустить через мясорубку, добавить готовую горчицу, уксус, хорошо перемешать и по-

лить горчичной заправкой. Гарнир — зеленый лук, огурцы, зеленый горошек.

Салат из сельди с яблоками

2 сельди, 2–3 огурца, 2–3 яблока, 2 вареных яйца, 1–2 головки репчатого лука, 1 стакан молока, 150 г майонеза, перец, сахар, лимон, зелень укропа или петрушки, соль.

Сельдь вымочить, очистить и подержать в молоке 2–3 часа, затем пропустить ее через мясорубку. Огурцы и яблоки мелко нарезать, перемешать с сельдью, добавить рубленые лук и яйца, перец, сахар, лимонный сок, соль, майонез. Украсить зеленью.

Салат из копченой сельди с молодым картофелем

2 копченые сельди, 8–10 молодых картофелин, 3–4 свежих огурца, 3–4 помидора, 6 редисок, 5 стеблей зеленого лука, 4 яйца, 50 г зеленого салата, 1 стакан сметаны или салатной заправки, зелень петрушки или укропа.

Филе копченой сельди нарезать кусочками; вареный молодой картофель, свежие огурцы, помидоры, красный редис — кружочками, зеленый лук — кусочками, листики салата — соломкой.

Все перемешать, посолить, заправить сметаной или салатной заправкой. Выложить горкой, украсить ломтиками копченой сельди, помидорами, листиками салата, огурцами и посыпать зеленью.

Салат из рубленой кильки

500 г кильки, 2 ломтика белого хлеба, 3 головки репчатого лука, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, 1 чайная ложка сахара, молоко.

Кильку, замоченный в молоке белый хлеб дважды пропустить через мясорубку, добавить тертый лук, масло, уксус, сахар и хорошо перемешать.

Это блюдо можно приготовить с творогом вареной морковью или свеклой с добавлением тертого яблока или сметаны. Украсить зеленью, яйцом.

Салат из сельди, сладкого перца и моркови

2 соленые сельди, 2–3 картофелины, 2 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 2 стручка сладкого перца, 1 морковь, 3 столовые ложки зеленого горошка, 2 яйца, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, соль.

Филе соленой сельди нарезать мелкими кусочками; отварной картофель и соленые огурцы — ломтиками, лук — полукольцами, перец сладкий консервированный — соломкой, вареную морковь — кружочками, крутое яйцо мелко нашинковать. Подготовленные продукты перемешать, добавить консервированный зеленый горошек. Салат заправить майонезом и сметаной, посолить, осторожно перемешать и выложить горкой в салатницу. Украсить продуктами, входящими в состав салата.

Салат из сельди с помидорами, луком и яйцами

2 соленые сельди, 4 огурца, 4 помидора, 4 стебля зеленого лука, 4 яйца, 100 г зеленого салата, 1 стакан салатной заправки, зелень укропа.

Филе сельди нарезать кусочками (часть оставить для украшения). Лук нарезать кусочками, свежие огурцы, помидоры и сваренные вкрутую яйца — кружочками, зеленый салат — крупно или соломкой. Добавить сельдь, все перемешать и заправить салатной заправкой. Уложить в салатницу горкой, украсить ломтиками сельди, огурцами, помидорами, зеленым луком, листьями салата, яйцами, посыпать укропом.

Салат из копченых сардин с огурцами и луком

2 сардины горячего копчения, 200 г зеленого са лата, 3 огурца, 50 г зеленого лука, 4 столовы ложки майонеза, зелень петрушки или укро соль.

Овощи нарезать и смешать с майонезом, по солить. С сардин снять кожу, вынуть кости, на резать, добавить в салат перед подачей к стол Посыпать зеленью.

Салат из соленой трески, картофеля и яиц

500 г рыбы, 5 картофелин, 1 яйцо, 2 головки реп чатого лука, по 1½ столовой ложки уксуса и растительного масла, специи.

Замочить на 12 часов соленую треску в хо лодной воде, после чего отварить в небольшом количестве воды со специями. Готовую рыбу ос тудить, не вынимая из бульона. Отварить кар тофель и нарезать кружочками. Нашинковать репчатый лук. Добавить нарезанную мелкими кусочками рыбу, заправить растительным мас лом и уксусом. Украсить салат зеленью петруш ки и дольками крутого яйца. Для остроты в са лат можно добавить 1 чайную ложечку горчицы.

Салат из картофеля и копченых сардин

5 картофелин, 3 сардины горячего копчения, 2 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 50 г зеленого лука, 50 г зеленого горошка, 100 г майонеза, зеленый салат, зелень петрушки или укропа, соль.

Овощи мелко нарезать, добавить зеленый горошек и отделенные от кожи и костей мелко нарезанные сардины, посолить. Заправить майонезом и перемешать, посыпать зеленью.

Салат из трески или морского окуня с овощами

400 г рыбы, 1 яблоко, 2 огурца, 7 стеблей зеленого лука, 1 помидор, 1 яйцо, 50 г салата, 3 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль, перец, уксус.

Свежие огурцы и яблоко очистить от кожицы, нарезать мелкими кубиками; отваренную рыбу — более крупными кубиками, зеленый лук нашинковать. Сложить все в посуду, посолить, поперчить и заправить уксусом, растительным маслом и мелко нарезанной зеленью петрушки. Выдержать 30–40 минут в холодном месте. Выложить на блюдо, украсить кружочками свежего помидора, крутого яйца и листиками салата.

Зеленый лук можно заменить нашинкованным репчатым луком.

Салат из кильки, картофеля и огурцов

150 г кильки (хамсы, тюльки), 3 картофелины, 2 огурца, 2 помидора, 1 морковь, 2 стебля зеленого лука, 3 столовые ложки зеленого горошка, 6 листиков зеленого салата, веточек петрушки, укропа, ½ стакана салатной заправки.

Отваренные и очищенные от кожицы картофель, морковь, огурцы (свежие или соленые) помидоры нарезать ломтиками. Зеленый лук нашинковать. Добавить консервированный зеленый горошек, филе соленой кильки (хамсы тюльки), заправить салатной заправкой. Выложить горкой в салатницу, украсить рыбой, помидорами, свежими огурцами, листиками салата и зеленью.

Салат из кильки, моркови и картофеля

300 г соленой или маринованной кильки, 5 картофелин, 2 огурца, 2 моркови, 1 столовая ложка нарезанного зеленого лука, 2 столовые ложки зеленого горошка, ½ стакана сметаны, 1 столовая ложка горчицы, зелень, соль.

Отварной картофель нарезать ломтиками, зеленый лук — кусочками, соленые огурцы и лук репчатый — полукружиями. Добавить разделанную кильку, зеленый горошек и хорошо перемешать, заправить сметаной с горчицей. Выложить горкой в салатницу и украсить зеленью и огурцами.

Салат из тунца с фасолью

2 банки (по 200 г) консервированного тунца, 150 г шпината, ½ огурца, 2 помидора, 1 банка консервированной белой фасоли, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, 5 столовых ложек оливкового масла, 2 столовые ложки лимонного сока, черный молотый перец.

Огурец вымыть и нарезать кубиками. Фасоль отцедить и промыть. Тунца слить, вынуть из банки и разделить на небольшие кусочки. Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, удалить семена, а мякоть порезать кусочками, выложить в салатник, добавить огурец, измельченный шпинат, рыбу, фасоль и петрушку и осторожно перемешать.

Приготовить заправку: в банку влить оливковое масло и лимонный сок, добавить перец, закрыть крышкой и, встряхивая, хорошо перемешать.

Готовый салат разложить по тарелкам, по-
лить заправкой и подать на стол.

Салат «Катарина»

*400 г филе палтуса, 1 свекла, ½ стакана фасо-
ли, 2 столовые ложки лимонного сока, 4 столо-
вые ложки кунжутного масла, ½ чайной ложки
майорана, соль и черный молотый перец, зелень
петрушки для украшения.*

Фасоль замочить на ночь, после чего воду
слить, залить заново и отварить до мягкости, но
так, чтобы она не разварилась. Готовую фасоль
откинуть на дуршлаг, чтобы стекла жидкость, и
охладить. Свеклу вымыть щеткой, сварить до
полной готовности, охладить, очистить от кожи-
цы и нарезать маленькими кубиками.

Филе палтуса тщательно промыть и отварить
в подсоленной воде до мягкости, остудить и на-
резать небольшими кусочками.

Соединить филе палтуса, свеклу и фасоль.

Салат из салаки с маринованными овощами

*3 салаки, 2 стручка маринованного сладкого пер-
ца, ½ стакана маринованной свеклы, ½ стакана
маринованного лука, 3 картофелины, расти-*

тельное масло, лимонный сок, майоран, кунжутное масло, молотый перец, соль.

Салаку очистить от голов, хвостов и внутренностей. Картофель отварить и нарезать кубиками. Добавить нарезанные лук, перец, свеклу, салаку, зеленый лук, влить растительное масло. Все перемешать. Украсить зеленым салатом, посыпать зеленью и зеленым луком.

Приготовить салатную заправку: смешать кунжутное масло, лимонный сок, майоран, соль и черный молотый перец и полить ею салат.

Тщательно перемешать все компоненты и переложить в салатник. Готовый салат украсить вымытыми веточками петрушки.

Салат из бельдюги с шампиньонами

300 г филе бельдюги, 6 консервированных шампиньонов, 1 помидор, 3 картофелины, 2 столовые ложки лимонного сока, 3 столовые ложки растительного масла, соль, черный молотый перец.

Филе бельдюги отварить до готовности в небольшом количестве воды, после чего охладить и нарезать небольшими кубиками. Картофель сварить в мундире, охладить и также мелко на-

резать. Консервированные шампиньоны нашинковать тонкими полосками.

Приготовить салатную заправку: смешать лимонный сок, растительное масло, соль и черный молотый перец. Соединить в салатнике филе бельдюги, картофель и консервированные шампиньоны, полить приготовленной заправкой и перемешать. Помидор ошпарить кипятком, снять кожицу, нарезать полукольцами и разложить по краям салатника.

Салат из сельди с яйцами

1 соленая сельдь, 2 яйца, ½ стакана зеленого горошка, 2 отварные картофелины, ½ стакана майонеза, сок 1 лимона, ½ чайной ложки чертого молотого перца, веточки петрушки.

Подготовленную сельдь разделать на филе, полить лимонным соком и дать постоять 40-60 минут. Затем нарезать филе маленькими кубиками. Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко порубить. Картофель очистить и нарезать небольшими ромбиками. Смешать в салатнике филе сельди, вареные яйца, картофель и зеленый горошек.

Заправить полученную смесь майонезом и черным молотым перцем. Готовый салат украсить вымытыми веточками петрушки.

Салат по-домашнему

150 г филе копченой рыбы, 100 г макаронных изделий, 2 кисло-сладких яблока, 1 небольшая луковица, 2 столовые ложки измельченной зелени сельдерея, ½ тюбика майонеза, соль, красный молотый перец.

Рожки или ракушки сварить в кипящей подсоленной воде до готовности, а потом откинуть на дуршлаг и остудить. Копченую рыбу нарезать маленькими кусочками. Очищенный лук мелко нарезать или натереть на терке. Яблоки очистить от сердцевины, порезать небольшими кубиками, соединить с макаронными изделиями, рыбой и луком, заправить майонезом, поперчить и перемешать. Готовый салат выложить в салатник, посыпать зеленью сельдерея и подать на стол.

Салат из копченой рыбы с яблоками

0,5 кг копченой рыбы, 2 сладких яблока, 5 вареных яиц, 1 авокадо, 1 пучок салата, ½ стакана майонеза, сок 1 лимона и 1 апельсина, 1 зубок чеснока, молотый белый перец.

Копченую рыбу разделать на филе и порезать на мелкие кусочки. Листья салата промыть, обсушить и порвать руками на небольшие кусочки. Сваренные вкрутую яйца нашинковать тон-

кими полосками. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины и порезать соломкой или ломтиками. Авокадо почистить, удалить косточку, а мякоть порезать на небольшие кусочки. Дно глубокого блюда покрыть листьями салата и выложить на них поочередно слоями яйца, яблоки и авокадо, покрывая каждый слой копченой рыбой.

Приготовить заправку: майонез соединить с лимонным и апельсиновым соком, добавить белый перец и измельченный чеснок и хорошо перемешать.

Полученной смесью залить салат, дать ему постоять около получаса в холодильнике и подать на стол.

Салат рыбный по-крымски

350 г отварного филе форели, 2 спелых персика, 2 кисло-сладких яблока, ½ стакана натурального йогурта.

Отварное филе форели порезать небольшими кусочками. Персики вымыть, снять с них кожицу, удалить косточки, а мякоть порезать ломтиками. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины и нарезать кубиками, соединить с персиками и рыбой, заправить йогуртом, осторожно перемешать, выложить в салатник, украсить ломтиками персика и подать.

Салат из рыбы по-польски

400 г филе макруруса, 1 луковица, 2 картофелины, 1 стакан квашеной капусты, 1 столовая ложка виноградного уксуса, 4 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, соль, черный молотый перец.

Филе макруруса отварить до готовности в небольшом количестве подсоленной воды, охладить и нарезать небольшими тонкими полосками. Картофель сварить в мундире, очистить и нарезать соломкой. Зелень петрушки промыть под холодной проточной водой, отряхнуть и мелко порубить. Репчатый лук очистить и тонко нашинковать.

Приготовить салатную заправку: смешать виноградный уксус, растительное масло, соль и черный молотый перец.

Смешать в салатнике отварное филе макруруса, картофель, квашеную капусту измельченный лук и зелень петрушки. Полить салатной заправкой и хорошо перемешать.

Салат из сельди «Нептун»

300 г филе малосольной сельди, 2 яблока, 4 абрикоса, 1 авокадо, 2 вареные картофелины, 3 –

4 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки.

Сваренный в мундире картофель почистить и нарезать мелкими кубиками. Филе сельди порезать маленькими кусочками. Абрикосы вымыть, удалить косточки, а мякоть измельчить. Яблоки и авокадо очистить от кожуры и сердцевины и нарезать кубиками, соединить с абрикосами, картофелем и сельдью, заправить майонезом и перемешать.

Готовый салат выложить в салатник или на блюдо, разровнять поверхность и подать, посыпав зеленью петрушки.

Салат «Неаполь»

300 г филе судака, 12 маринованных оливок без косточек, 3 яйца, 1 пучок зеленого лука, ½ стакана майонеза, 1 морковь, соль.

Отварить филе судака до готовности, охладить и нарезать маленькими кубиками. Оливки без косточек нашинковать тонкой соломкой. Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко порубить. Вымытый зеленый лук отряхнуть от воды и нарезать косыми полосками. Смешать в салатнике филе судака, измельченные оливки, яйца и зеленый лук. Заправить салат майонезом, посо-

лить по вкусу и украсить фигурно нарезанными ломтиками свежей моркови.

Салат из скумбрии с персиками

300 г филе скумбрии, 2 персика, 3 столовые ложки лимонного сока, 2 столовые ложки мелко нарезанной петрушки, ½ стакана сметаны, 3 столовые ложки поджаренных семян кунжута, соль, черный молотый перец.

Филе скумбрии отварить в подкисленной лимонным соком воде до готовности, охладить и нарезать небольшими кусочками. Персики ошпарить кипятком, снять кожицу, удалить косточки и нарезать маленькими кубиками. Смешать в салатнике филе скумбрии, измельченные персики, поджаренные семена кунжута и мелко нарезанную петрушку, соль и черный молотый перец, заправить сметаной и тщательно перемешать.

Салат по-милански с анчоусами

150 г филе анчоусов, 150 г стручковой фасоли, 2 яблока, 1 соленый огурец, 2 вареные картофелины, 2 вареные моркови, 1 вареный корень сельдерея, 2–3 столовые ложки консервированного зеленого горошка, ⅔ тюбика майонеза, 3–4 маслины для украшения, соль.

Стручковую фасоль промыть, очистить от жестких продольных жилок, проварить в кипящей подсоленной воде в течение 15 минут, потом вынуть шумовкой, остудить и разрезать каждый стручок на 3–4 части. Картофель, морковь и сельдерей почистить и нарезать небольшими кубиками. Огурец измельчить. Филе анчоусов нашинковать маленькими кусочками. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины, нарезать кубиками, соединить с подготовленными овощами, зеленым горошком и рыбой, заправить майонезом и перемешать. Готовый салат выложить горкой в салатник и подать, украсив половинками маслин и фигурными ломтиками моркови

Салат из палтуса с морковью и зеленью

400 г филе палтуса, 5 шт. моркови, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 луковица, ⅔ стакана майонеза, 2 столовые ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 4 столовые ложки растительного масла.

Филе палтуса промыть под холодной проточной водой, обсушить кулинарными салфетками, посолить, обвалять в муке и обжарить в разогретом растительном масле до готовности. Гото-

вое филе охладить и нарезать небольшими кусочками. Морковь очистить, вымыть, нарезать соломкой, залить горячей водой (1 стакан), подкисленной лимонным соком, и отварить до мягкости. Слить жидкость в отдельную посуду, а морковь охладить. Лук тонко нашинковать, опустить в горячий морковный отвар на 5–7 минут, затем вынуть и охладить. Смешать в салатнике измельченное филе палтуса, морковь, лук, консервированный зеленый горошек и мелко нарезанную зелень петрушки. Заправить салат майонезом и подать к столу.

Оригинальный салат из рыбных консервов

200 г филе консервированной сельди иваси, 2 вареных яйца, 1 вареная картофелина, 2 яблока, 1 вареная свекла, 1 луковица, 1 вареная морковь, 3–4 столовые ложки майонеза.

Филе консервированной сельди нарезать маленькими кусочками. Репчатый лук и сваренное вкрутую яйцо почистить и мелко нарезать (один измельченный желток оставить для украшения). Вареные овощи почистить и натереть на крупной терке. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и тоже натереть. Подготовленные продукты соединить, заправить майонезом, тщательно пере-

мешать и выложить горкой в салатник. Подавать, украсив фигурными кусочками свеклы и яичным желтком.

Салат из ставриды с помидорами

400 г филе ставриды, 3 помидора, 2 граната, 2 луковицы, ½ стакана майонеза, соль по вкусу, 2 веточки петрушки для украшения.

Филе ставриды промыть под холодной проточной водой и отварить в подсоленной воде до готовности, после чего охладить и нарезать крупными кубиками. Лук очистить, вымыть и разрезать каждую луковицу на 8–10 долек. Гранаты надрезать острым ножом, затем разломить руками и осторожно вынуть зерна. Помидоры вымыть и нарезать небольшими дольками. Смешать в салатнике из прозрачного стекла измельченное филе ставриды, лук и зерна граната и заправить майонезом. Готовый салат украсить веточками петрушки.

Салат «Падуя»

0,5 кг рыбного филе без кожи, 2 луковицы, 4 яблока, 2–3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки муки, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3%-ного уксуса, 1 сто-

ловая ложка измельченной зелени петрушки, соль, черный молотый перец.

Подготовленное рыбное филе посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить со всех сторон в хорошо нагретом растительном масле до готовности. После этого жареную рыбу остудить, нарезать небольшими ломтиками, сбрызнуть уксусом и поместить на 20 -30 минут в холодильник.

Тем временем лук почистить, ополоснуть и мелко нашинковать. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать маленькими кубиками или ломтиками, соединить с луком и рыбой, заправить сметаной и хорошо перемешать. Готовый салат выложить горкой в салатник, посыпать зеленью петрушки и подать.

Салат с копчеными сардинами

2 сардины горячего копчения, 3 картофелины, 1 морковь, 1 небольшая свекла, 1 пучок зеленого лука, 4 столовые ложки майонеза, 8 свежих листьев салата.

Картофель, морковь и свеклу тщательно вымыть щеточкой и отварить до мягкости, после чего очистить их и нарезать небольшими одинаковыми кубиками. Смешать все овощи в эмали-

рованной посуде и заправить майонезом. Ко
ченые сардины очистить и отделить филе от ко
стей. Нарезать филе небольшими кусочками.

Дно глубокого салатника украсить вымыты
ми листьями салата, выложить рыбное филе и
залить майонезом. Сверху расположить смесь о
овощей. Готовый салат украсить мелко нарезан
ным зеленым луком.

Салат из консервов «Костромской»

*300 г консервированной в томате рыбы, 3–4 ва
реные картофелины, 1 столовые ложки консер
вированного зеленого горошка, 3 вареных яйца
1 соленый огурец, 1 яблоко, 1–3 столовых ложек
майонеза, соль, черный молотый перец.*

Консервированную рыбу освободить от кос
тей и размять вилкой вместе с подливкой до па
стообразного состояния. Картофель и сваренные
вкрутую яйца почистить и мелко нарезать. Со
леный огурец и очищенное от сердцевиныябло
ко нашинковать маленькими кубиками.

Подготовленные продукты соединить, оста
вив один желток для украшения, добавить зел
ный горошек, заправить майонезом, посолить по
вкусу, поперчить и хорошо перемешать. Готовый
салат выложить в салатник, посыпать измель

ченным яичным желтком, украсить зеленым горошком и подать на стол.

Салат из трески с сельдереем

300 г филе трески, 2 корня сельдерея, 2 свежих огурца, 1 помидор, 2 столовые ложки лимонного сока, ½ стакана майонеза, 3 столовые ложки мелко нарезанной зелени петрушки.

Филе трески тщательно промыть и отварить в подсоленной воде с добавлением лимонного сока. Готовое филе охладить и нарезать небольшими кусочками. Корни сельдерея очистить, вымыть и натереть на терке с крупными отверстиями. Вымытые свежие огурцы нарезать ломтиками, а помидор дольками. Смешать в салатнике филе трески, корни сельдерея, огурцы и помидор и заправить майонезом. Готовый салат украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат «Венеция»

300 г филе аргентины, 2 помидора, 2 яблока, 2 яйца, ½ стакана майонеза, 1 пучок зеленого салата.

Филе аргентины тщательно промыть под холодной проточной водой и отварить до готовности в подсоленной воде, после чего остудить и

нарезать небольшими кусочками. Яйца сварить вкрутую, очистить и размять вилкой. Помидоры ошпарить кипятком, очистить от кожицы и нарезать небольшими ломтиками. С яблок срезать кожуру, удалить сердцевину и нарезать мякоть кубиками. Зеленый салат промыть, стряхнуть воду и крупно порубить.

Смешать в салатнике филе аргентины, помидоры, яблоки, яйца и зеленый салат и заправить майонезом.

Салат из сайры по-сельски

250 г филе сайры, 3 картофелины, ½ стакана консервированного зеленого горошка, 2 соленых огурца, ½ пучка зеленого лука, ½ стакана майонеза.

Филе сайры сварить в подсоленной воде до готовности, охладить и нарезать небольшими кусочками. Картофель отварить в мундире до мягкости, после чего охладить, очистить и нарезать кубиками. Соленые огурцы нарезать небольшими ломтиками. Соединить в салатнике рыбу, картофель, соленые огурцы, консервированный зеленый горошек, заправить майонезом и перемешать. Готовый салат украсить мелко нарезанным зеленым луком.

Салат из соленой трески с яблоками

300 г филе соленой трески, 4 картофелины, 2 яблока, ½ пучка зеленого лука, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 столовые ложки кунжутного масла, паприка на кончике ножа.

Картофель отварить в мундире до готовности, очистить и нарезать кубиками. Филе соленой трески нарезать небольшими кусочками. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и измельчить. Зеленый лук хорошо промыть, стряхнуть воду и мелко порубить.

Приготовить салатную заправку: смешать кунжутное масло, лимонный сок и паприку.

Соединить измельченное филе соленой трески, картофель, яблоки и половину мелко порубленного зеленого лука, полить салатной заправкой, хорошо перемешать и выложить в салатник. Готовый салат посыпать оставшимся зеленым луком.

Салат «Нимфа»

250 г филе судака, 1 небольшая луковица, 1 вареное яйцо, 1 крупное яблоко, 1 корень сельдерея, 1 небольшой огурец, 2 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка томатного пюре, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, 2–3 листка салата, соль.

Лук почистить и мелко нашинковать. Рыбное филе ополоснуть, опустить в кастрюлю с небольшим количеством кипящей подсоленной воды, добавить лук и варить на слабом огне в течение 15 минут. Затем рыбу вынуть, порезать на мелкие кусочки и остудить.

Сельдерей почистить, ополоснуть и натереть на крупной терке. Вымытый огурец и очищенное от сердцевины яблоко нарезать небольшими кубиками, перемешать с сельдереем и зеленью петрушки, заправить майонезом, смешанным с томатным пюре, и посолить. После этого добавить рыбу, еще раз осторожно перемешать, выложить в салатник, посыпать зеленью петрушки и измельченными яйцами, украсить листьями салата и подать к столу.

Салат из тунца с капустой

300 г филе тунца, ⅓ кочана белокочанной капусты, 1 соленый огурец, 1 луковица, ½ стакана майонеза, 3 столовые ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль.

Филе тунца хорошо промыть под холодной проточной водой и отварить до готовности с добавлением соли, после чего охладить и нарезать небольшими кусочками. Белокочанную капусту

нашинковать тонкой соломкой и перетереть с солью до появления сока. Соленый огурец нарезать небольшими кубиками. Лук очистить, ополоснуть и мелко нашинковать.

Смешать в салатнике отварное филе тунца, капусту, соленый огурец и лук и заправить майонезом. Готовый салат украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат из терпуга с цветной капустой

350 г филе терпуга, 300 г цветной капусты, 2 помидора, ½ стакана майонеза, соль по вкусу, зелень петрушки для украшения.

Филе терпуга тщательно промыть под холодной проточной водой и отварить до готовности, посолив по вкусу. Готовое филе остудить и нарезать небольшими кусочками.

Цветную капусту разделить на отдельные кочешки и отварить в рыбном отваре до мягкости, после чего откинуть на сито, чтобы стекла жидкость. Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу и мелко нарезать.

Смешать в салатнике рыбу, кочешки цветной капусты и помидоры, заправить майонезом, украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат «Золотая серия»

200 г филе копченого лосося, 150 г вареных ра ковых шеек, 5 яиц, 2–3 маринованных огурца 1 авокадо, 5–6 столовых ложек майонеза, 2– 3 столовые ложки измельченного зеленого лука веточки кудрявой петрушки для украшения, соль, белый молотый перец

Для подливы: *3 зеленых яблока, 50 г свеклы 1 стакан сметаны, сок 1 лимона, соль, черный молотый перец.*

Яйца поочередно взбить, процедить через сито и выпечь по очереди пять тонких блинчиков. Рыбное филе нарезать тонкими ломтиками. Авокадо почистить, удалить косточку, а мякоть нарезать небольшими ломтиками. Огурцы нашинковать тонкими пластинками. Вареные раковые шейки мелко нарезать. Яичные блинчики разложить на порционные тарелки, смазать каждый майонезом и выложить на них поочередно слоями рыбную мякоть, авокадо, раковые шейки, маринованные огурцы и зеленый лук.

Приготовить подливу: яблоки и свеклу очистить и пропустить через соковыжималку. Полученный сок перемешать со сметаной и лимонным соком, посолить и поперчить.

Блинчики с рыбным салатом полить подливой, украсить веточками петрушки и подать на стол.

Греческий салат

0,5 кг филе пеламиды, 1 яблоко, 200 г брынзы, 1 луковица, 1 маринованный огурец, 6 столовых ложек лимонного сока, ½ стакана сметаны, 2–3 столовые ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль, черный молотый перец.

Филе пеламиды тщательно промыть под холодной проточной водой и отварить до готовности, посолив по вкусу. Готовое филе охладить и нарезать кусочками. Яблоко очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать соломкой. Брынзу и маринованный огурец нарезать кубиками. Лук очистить, ополоснуть и мелко нашинковать. Смешать в салатнике филе пеламиды, яблоко, брынзу, лук и огурец.

Приготовить салатную заправку: соединить сметану с лимонным соком, солью и черным молотым перцем, полить этой смесью салат и тщательно перемешать. Готовый салат украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат из сельди «Копенгаген»

1 соленая сельдь, 10 столовых ложек риса, 2 яйца, 2 помидора, 1 луковица, ½ стакана майонеза, 5 столовых ложек лимонного сока, 3 столовые ложки мелко нарезанной зелени петрушки.

Соленую сельдь очистить, отделить филе
костей и нарезать его маленькими кусочками
Сложить измельченное филе в эмалированную
посуду, залить лимонным соком, перемешать
дать постоять при комнатной температуре в т-
чение 20–30 минут. В это время промыть рис
теплой воде и сварить в нем рассыпчатую к
шу. Яйца сварить вкрутую, очистить и размять
вилкой. Лук очистить, вымыть и нашинковать
тонкими полукольцами. Помидоры ошпарить
кипятком, снять кожицу и нарезать маленьки
ми кубиками. Смешать в салатнике промаринованную соленую сельдь, рассыпчатый рис, яйца
лук и помидоры и заправить майонезом. Гото
вый салат украсить мелко нарезанной зеленью
петрушки.

Салат из тунца с яблоками и сельдереем

*400 г филе тунца, 1 маленький пучок зелени сель-
дерея, 3 яблока, ½ стакана сметаны, 1 чайная
ложка свежетертого имбирного корня, сахар
по вкусу, дольки лимона для украшения*

Обработанное филе тунца отварить в подсо
ленной воде до готовности, после чего охладить
и нарезать небольшими кусочками. Зелень сель-
дерея промыть под холодной проточной водой

и измельчить. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать соломкой (или натереть на терке с крупными отверстиями). Смешать в салатнике филе тунца, сельдерей и яблоки, залить смесью сметаны, соли и имбиря и тщательно перемешать.

Готовый салат украсить ломтиками лимона и подать к столу охлажденным.

Салат из осетрины с хурмой

300 г осетрины, 2 спелые хурмы, ½ чайной ложки паприки, 4 столовые ложки сметаны, ½ лимона, соль.

Филе осетрины обработать и отварить до готовности, добавив по вкусу соль. Готовое филе остудить и нарезать небольшими кусочками. Хурму вымыть, удалить косточки и нарезать маленькими кубиками. Лимон очистить от цедры, удалить косточки и мелко нарезать.

Смешать в салатнике из прозрачного стекла измельченное филе осетра и хурму и заправить сметаной и паприкой. Поверх готового салата выложить мелко нарезанный лимон и тертую лимонную цедру. Перед подачей на стол поставить салат на 15 минут на верхнюю полку холодильника.

Салат из хека с маринованным луком

300 г филе хека, 3 столовые ложки маринованного репчатого лука, 1 свекла, ⅔ стакана консервированного зеленого горошка, 3 столовые ложки лимонного сока, ½ стакана майонеза, соль по вкусу, зелень петрушки для украшения.

Хорошо вымытое филе хека отварить в подсоленной и подкисленной лимонным соком воде до готовности, после чего охладить и нарезать небольшими кусочками. Свеклу отварить до мягкости, остудить и нарезать маленькими кубиками. Смешать в салатнике филе хека, свеклу, консервированный зеленый горошек и маринованный лук и заправить майонезом. Готовый салат украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат из трески с фасолью

1 банка консервированной в масле трески, 1 стакан красной фасоли, 3 яблока, 1 маленькая луковица, 1 корень сельдерея, 1 сладкий зеленый перец для украшения, 2–3 столовые ложки лимонного сока, 3–4 столовые ложки растительного масла, соль, черный молотый перец.

Фасоль замочить на ночь в холодной воде, потом слить, залить новой водой и сварить до

мягкости, после чего слить и остудить. Очищенный лук мелко нашинковать. Треску вынуть из масла, удалить кости и порезать небольшими кусочками. Корень сельдерея почистить, ополоснуть и нарезать кубиками. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать мелкими кубиками или натереть на крупной терке. Подготовленные продукты перемешать, полить растительным маслом и поместить на 1 час в холодильник.

Сладкий перец очистить от семян, промыть и нарезать кружочками. Готовый салат еще раз перемешать, выложить в салатник, украсить сладким перцем и подать.

Салат из сельди со спаржей и фасолью

1 соленая сельдь, 1 стакан фасоли, 100 г спаржи, 4–5 столовых ложек растительного масла, 4 столовые ложки лимонного сока, веточки петрушки для украшения.

Очистить соленую сельдь, отделить филе от костей и нарезать маленькими кусочками. Сложить измельченное филе в эмалированную или стеклянную посуду, полить лимонным соком, перемешать и дать постоять при комнатной температуре в течение 20–30 минут. Фасоль отварить, слить отвар и охладить. Спаржу отварить

в небольшом количестве воды до мягкости, ос-
тудить в отваре, после чего откинуть на сит-
чтобы стекла жидкость, а затем измельчить
Смешать в салатнике промаринованное фи-
сельди, фасоль и спаржу и заправить раститель-
ным маслом. Готовый салат украсить веточ-
ми петрушки.

Салат из пикши со стручковым перцем

250 г филе пикши, 2 сладких красных перца, 1 маринованный огурец, ½ чайной ложки майорана, 3 столовые ложки кунжутного масла, 2 столовые ложки лимонного сока, соль, черный молотый перец.

Филе пикши отварить в подсоленной воде до готовности, остудить и мелко нарезать. Вымытый сладкий перец очистить от семян и нашинковать соломкой. Маринованный огурец нарезать маленькими кубиками. Смешать филе пикши, перец и огурец.

Приготовить салатную заправку: смешать кунжутное масло с лимонным соком, майораном солью и черным молотым перцем и полить этой смесью салат. Тщательно перемешать все ингредиенты. Готовый салат переложить в салатник и подать к столу охлажденным.

Салат «Рыжик»

200 г отварного рыбного филе, 1 морковь, 300 г маринованных грибов, 3–4 вареные картофелины, 2 соленых огурца, 2 вареных яйца, ½ стакана майонеза, 1 пучок листьев салата.

Морковь почистить, вымыть и натереть на крупной терке. Грибы вынуть из маринада, ополоснуть и нарезать кубиками, оставив несколько мелких грибных шляпок целыми.

Рыбу, картофель, яйца и соленые огурцы нарезать кубиками или брусочками, оставив понемногу всех продуктов для украшения, соединить с грибами, добавить майонез и аккуратно перемешать. Готовое кушанье уложить горкой в салатник, выстеленный листьями салата, и украсить слоем тертой моркови, другими оставленными для украшения продуктами и целыми шляпками грибов.

Салат по-бельгийски

350 г филе путассу, ⅔ стакана сои (бобов), 3 спелых помидора, ⅓ стакана растительного масла, ½ пучка зеленого лука, 4 столовые ложки муки, соль, красный молотый перец.

Поместить сою в эмалированную кастрюлю, залить водой и отварить до мягкости, после чего

отвар слить, а сою остудить. Филе тщательно промыть под холодной водой и обсушить кулинарными салфетками.

В небольшой тарелке смешать просеянную муку, соль и красный молотый перец и обвалять в этой смеси рыбу. Разогреть в сковороде половину нормы растительного масла и обжарить в нем филе до золотистого цвета, после чего остудить и нарезать небольшими ломтиками.

Свежие помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу и нарезать некрупными дольками. Зеленый лук хорошо промыть, стряхнуть воду и мелко порубить.

Смешать в салатнике филе потрошеной, отварную сою, помидоры и половину нарезанного зеленого лука. Заправить салат оставшимся растительным маслом и солью и украсить зеленым луком.

Салат из трески с изюмом и морковью

300 г филе трески, ½ стакана изюма без косточек, 2 моркови, 4–5 столовых ложек майонеза, 1 корень сельдерея, ½ пучка зеленого лука, соль

Морковь хорошо вымыть щеточкой и отварить до мягкости в небольшом количестве воды, после чего вынуть из отвара, очистить и нате-

зать маленькими кубиками. Филе трески хорошо промыть, положить в эмалированную кастрюлю, добавить очищенный и измельченный корень сельдерея и соль, влить воду и отварить до готовности. Готовое филе переложить в дуршлаг, остудить и нарезать небольшими кусочками. Изюм несколько раз промыть в теплой воде и обсушить. Зеленый лук вымыть, стряхнуть воду и мелко порубить. Смешать филе трески, изюм, вареную морковь и половину зеленого лука и заправить майонезом. Переложить полученную смесь в салатник и украсить оставшимся зеленым луком. Подать салат охлажденным.

Салат из скумбрии с курагой

1 свежая скумбрия, 1 стакан кураги, 100 г спаржи, ⅔ стакана сметаны, 1 корень имбиря длиной 5 см, 3 столовые ложки лимонного сока, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень петрушки для украшения.

Разделать свежую скумбрию, отделить филе от костей, тщательно его промыть и обсушить кулинарными салфетками. Переложить филе в эмалированную кастрюлю, добавить соль, очищенный и натертый на крупной терке корень имбиря, влить воду и отварить до готовности.

5*

Вынуть рыбу из отвара, остудить и нарезать [illegible] большими кусочками. Сбрызнуть кусочки л[illegible] моним соком и отставить.

Спаржу промыть и отварить до мягкости в рыбном отваре, после чего остудить и мелко нарезать. Курагу распарить, залив кипятком, 15 минут, и также мелко нарезать. Смешать фи[illegible] скумбрии, спаржу и курагу и заправить смет[illegible] ной, солью и черным молотым перцем по вку[illegible] Переложить получившуюся массу в салатник, украсить веточками петрушки и

Салат к пиву

1 соленая сельдь, 1 [illegible] квашеной капусты, 2 луковицы, 1 небольшой корень хрена, 4 столовые ложки лимонного сока, 3 стакана растительного масла, зелень петрушки для украшения.

Разделать соленую сельдь, отделить филе от костей и нарезать его маленькими кусочками. Сложить их в эмалированную посуду, полить лимонным соком, перемешать и дать постоять в течение 20–30 минут при комнатной температуре. Квашеную капусту отжать от сока. Лук очистить, ополоснуть и мелко нашинковать. Очищенный и вымытый корень хрена натереть на

терке с мелкими отверстиями. Положить в салатник промаринованное филе сельди, квашеную капусту, лук и натертый корень хрена, полить растительным маслом и тщательно перемешать. Готовый салат украсить веточками петрушки.

Салат рыбный со стручковой фасолью

300 г филе морского окуня, 200 г стручковой фасоли, 1 пучок зеленого лука, 2 яйца, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка яблочного уксуса, ½ чайной ложки майорана, соль, красный молотый перец.

Подготовленное филе морского окуня отварить в подсоленной воде до готовности, затем вынуть из отвара, охладить и нарезать небольшими кусочками. Стручки зеленой фасоли вымыть, удалить жесткие продольные жилки, нарезать небольшими кусочками и отварить в подсоленной воде до мягкости. Готовую фасоль откинуть на дуршлаг и охладить. Яйца сварить вкрутую, очистить, отделить желтки от белков и измельчить их отдельно. Зеленый лук вымыть, стряхнуть воду и нарезать косыми ломтиками средней величины. Смешать в салатнике филе морского окуня, вареную стручковую фасоль, зеленый лук и яичный желток.

Приготовить салатную заправку: смешать растительное масло, яблочный уксус, соль, майоран и черный молотый перец и полить этой смесью салат. Тщательно перемешать все ингредиенты. Готовый салат посыпать мелко порубленным белком.

Салат из хека с соленьми огурцами

250 г филе хека, 2 соленых огурца, 1 стакан бобов, 1 пучок зеленого лука, 1 столовые ложки майонеза, соль по вкусу, веточки петрушки на украшение

Бобы замочить на ночь, после чего воду слить, залить заново и отварить бобы до мягкости (следить, чтобы они не развварились). Готовые бобы откинуть на дуршлаг и охладить. Филе хека промыть и отварить в подсоленной воде до готовности, после чего охладить и нарезать довольно крупными кубиками. Соленые огурцы нашинковать ломтиками. Зеленый лук промыть, стряхнуть воду и мелко порубить. Смешать филе хека, вареные бобы, огурцы и зеленый лук и заправить майонезом.

Полученную массу тщательно перемешать и выложить горкой в салатник. Готовый салат украсить веточками петрушки.

Салат с лососем

2 яблока, 1 апельсин, 1 банка консервированного лосося, 2 вареных яйца, 100 г твердого сыра, ⅔ тюбика майонеза.

Консервированную рыбу размять вилкой, выложить ее ровным слоем на дно блюда и покрыть майонезом. Сваренные вкрутую яйца почистить, мелко порезать, выложить следующим слоем и снова полить майонезом. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины и натереть на крупной терке в качестве третьего слоя и еще раз полить майонезом. Апельсин почистить, порезать на кусочки, удаляя косточки, выложить поверх яблок и покрыть майонезом. Готовый салат посыпать мелко натертым сыром и украсить узором из майонеза, подкрашенного соком петрушки или свеклы.

Салат из тунца с гранатом

300 г филе тунца, 1 гранат, ½ стакана консервированной кукурузы, ½ стакана консервированного зеленого горошка, 4–5 столовых ложек оливкового масла, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень петрушки для украшения.

Обработанное филе тунца отварить в небольшом количестве подсоленной воды до готовнос-

ти, остудить и нарезать маленькими кубика
Гранат надрезать острым ножом, разломить
осторожно вынуть зерна. Смешать филе ту
зерна граната, консервированные кукурузу
леный горошек, добавить по вкусу соль и
ный молотый перец и заправить растительным маслом
Все ингредиенты тщательно перемешать. Гот
вый салат переложить в салатник и украсить
веточками петрушки

Салат из мойвы с грибами

300 г свежей мойвы, 1 [illegible] грибов, 5 картофелин, 2 моркови, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки лимонного сока, соль и черный молотый перец по вкусу, листья салата для украшения

Разделать свежую мойву и отделить филе от костей. Переложить филе в смазанную маслом форму, залить небольшим количеством воды, посолить по вкусу и отварить до готовности. Готовую рыбу вынуть из отвара, остудить и нарезать небольшими кусочками. Картофель вымыть щеткой, отварить в мундире, остудить, очистить и нарезать кубиками. Вымытую морковь отварить до мягкости, очистить и также нарезать кубиками. Очищенный репчатый лук вымыть и

мелко нашинковать. Соленые грибы мелко нарезать. Смешать кусочки мойвы, картофель, соленые грибы, морковь и репчатый лук.

Приготовить салатную заправку: смешать растительное масло, лимонный сок, соль и черный молотый перец и полить этой смесью салат.

Все ингредиенты хорошо перемешать. Переложить готовый салат в салатник и украсить листьями салата.

Салат из ставриды со свеклой

350 г филе ставриды, 1 крупная свекла, 2 яблока, 1 соленый огурец, ½ стакана майонеза, соль по вкусу, немного зеленого лука для украшения.

Отварить хорошо промытое филе ставриды в кипящей подсоленной воде, вынуть из отвара, остудить и нарезать небольшими кусочками. Свеклу вымыть щеткой, отварить до мягкости, остудить, очистить и нарезать маленькими кубиками. Так же нарезать и соленый огурец. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и натереть на терке с крупными отверстиями.

Смешать в салатнике филе ставриды, свеклу, яблоки, соленый огурец и заправить майонезом. Готовый салат посыпать вымытым и мелко нарезанным зеленым луком.

Салат из сырой рыбы

300 г малокостистой морской рыбы, 1 редька, 2 моркови, 4 зубка чеснока, 2 столовые ложки уксуса, соль.

Обработанную и вымытую рыбу разрезать на тонкие кусочки. Морковь и редьку почистить, хорошо промыть и нарезать тонкой длинной соломкой. Чеснок измельчить.

Смешать подготовленные корнеплоды с рыбой, влить уксус, добавить перец, соль и чеснок и хорошо перемешать. Поставить салат в холодильник. Через 30–40 минут подать на стол.

Острый салат из минтая

1 кг минтая, 0,5 кг моркови, ½ стакана пшена, 1 пучок зеленого лука, 6–7 зубков чеснока, 1 чайная ложка соловой муки (или 1 столовая ложка сахара), ½ чайной ложки молотого имбиря, 1 чайная ложка красного молотого перца.

Минтай очистить, посолить и выдержать 2–3 дня. Затем рыбу промыть в холодной воде и обсушить салфеткой. Удалить кости, а филе нарезать кусочками шириной 1,5–2 см.

Сварить пшено на пару и остудить. Затем тщательно смешать его с половиной красного

молотого перца. Морковь очистить и натереть на терке (или нарезать очень тонкой соломкой). Зеленый лук мелко нашинковать. Чеснок пропустить через чесночницу.

Смешать нарезанное филе минтая с морковью, луком, чесноком, имбирем, оставшимся красным перцем, добавить ¾ стакана соли, хорошо перемешать и всыпать подготовленное пшено и солодовую муку. Снова все тщательно перемешать и выложить в стеклянную или эмалированную посуду. Плотно закрыть крышкой и оставить на 2–3 дня при комнатной температуре.

Для приготовления этого блюда морковь можно заменить редисом.

САЛАТЫ ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

Салат из креветок с кукурузой

300 г отварных очищенных креветок, 4 столовые ложки консервированной кукурузы, 2 яйца, 3–4 столовые ложки майонеза, черный молотый перец на кончике ножа, соль по вкусу, морковь для украшения.

Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко порубить. Смешать в салатнике измельченные кре-

ветки, яйца и консервированную кукурузу, заправить майонезом, солью и черным молотым перцем. Готовый салат украсить фигурно нарезанными ломтиками свежей моркови.

Салат «Черноморский»

300 г маринованной морской капусты, 2–3 яблока, 2–3 соленых огурца, 2 моркови, 1 вареное яйцо, 4–5 столовых ложек сметаны или майонеза, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки или укропа, соль, черный молотый перец.

Морковь почистить, вымыть и натереть на крупной терке. Морскую капусту порезать. Огурцы нашинковать ломтиками. Яблоки вымыть, очистить от сердцевины и нарезать соломкой или ломтиками. Подготовленные продукты перемешать, заправить сметаной или майонезом, посолить, поперчить, снова перемешать и выложить горкой в салатник. Готовый салат посыпать зеленью петрушки или укропа, украсить очищенным и нарезанным яйцом и подать к столу.

Крабовый салат с рисом

300 г мяса крабов, 1 стакан рассыпчатого отварного риса, 1 лимон, 4 столовые ложки кук-

жутного масла, 1 небольшой пучок зеленого лука, соль и черный молотый перец по вкусу, кунжутное масло для жаренья

Мясо крабов обжарить в разогретом кунжутном масле и охладить. Лимон очистить от цедры и нарезать небольшими ломтиками, удалив из него косточки. Зеленый лук вымыть под холодной проточной водой, отряхнуть и нарезать косыми ломтиками. Смешать в салатнике обжаренное мясо крабов, рассыпчатый рис, ломтики лимона, измельченный зеленый лук и заправить кунжутным маслом, солью и черным молотым перцем.

Вымытую лимонную цедру ошпарить кипятком, нарезать соломкой и выложить поверх готового салата.

Салат из кальмаров с квашеной капустой

1 кальмар весом 0,5 кг, 2 стакана квашеной капусты, 1 луковица, ½ стакана оливкового масла, 1 чайная ложка сахара, соль.

Вытянуть из-под мантии голову и щупальца кальмара, удалить известковый панцирь и чернильные мешки. Острым ножом срезать щупальца над глазами и мелкие зубы между щупальцами. Вымыть под холодной проточной водой тело

и щупальца, а все остальные части выбросить. Натереть кальмара солью, промыть, нарезать полосками и отварить. Готового кальмара охладить и нарезать мелкими кусочками.

Квашеную капусту отжать. Репчатый лук очистить и мелко нашинковать. Смешать в салатнике измельченного кальмара, квашеную капусту и лук и заправить смесью оливкового масла, соли и сахара. Готовый салат украсить веточками петрушки и томатами фигурно нарезанной свежей моркови.

Салат «Розовый жемчуг»

0,5 кг креветок, 2 граната, 1 луковица, 3 столовые ложки лимонного сока, ½ стакана майонеза, соль по вкусу, зелень петрушки для украшения.

Креветки отварить в подсоленной воде, после чего очистить: удалить головки, усики, панцири и внутренности. Готовое мясо креветок переложить в эмалированную или стеклянную посуду, полить лимонным соком, перемешать, дать постоять 10–15 минут при комнатной температуре. В это время репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими полукольцами. Гранаты надрезать острым ножом, после чего разломить руками и осторожно вынуть зерна. Сме-

шать в салатнике мясо креветок, измельченный репчатый лук, гранатовые зерна и заправить майонезом. Готовый салат украсить веточками петрушки и зернами граната.

Салат из кальмаров с луком и оливками

300 г консервированного мяса кальмаров, 2 луковицы, 12 оливок без косточек, 2 столовые ложки яблочного уксуса, 1 лавровый лист, 5 горошин душистого перца, 1 чайная ложка сахара, ½ стакана оливкового масла, соль.

Соединить яблочный уксус с 1½ стакана воды, добавить лавровый лист, душистый перец, сахар и соль, поставить на небольшой огонь и прокипятить в течение 3–5 минут, после чего охладить и процедить. Репчатый лук очистить, нарезать тонкими полукольцами, промыть под холодной проточной водой и откинуть на дуршлаг. Затем переложить лук в стеклянную посуду, залить сваренным маринадом и поставить в холодильник на 30–40 минут.

Мясо кальмаров вынуть из банки, тщательно промыть, обсушить кулинарными салфетками и нарезать соломкой. Оливки без косточек также нарезать тонкой соломкой. В стеклянном салатнике смешать мясо кальмаров и оливки и

заправить оливковым маслом. Сверху выложить маринованный лук. Готовый салат перед подачей слегка охладить, поставив на 15–20 минут на верхнюю полку холодильника.

Салат «Портовый»

300 г [illegible] морских гребешков, 2 яблока, [illegible], 1 огурец, 1 крупная морковь, [illegible], 4 столовые ложки изюма, 4 столовые ложки [illegible]

Подготовленных морских гребешков опустить в кипящую подсоленную воду, проварить 10 минут, вынуть, остудить и нарезать соломкой. Морковь почистить и тоже нарезать соломкой или натереть на крупной терке. Капусту промыть и тонко нашинковать. Огурец и очищенные от сердцевины яблоки порезать соломкой. Изюм промыть и обсушить. Подготовленные продукты соединить, заправить сметаной, посолить, перемешать и выложить горкой в салатник. Готовый салат подать, украсив кусочками гребешков и изюмом.

Салат из крабов с изюмом и яблоками

400 г мяса крабов, 3 яблока, ½ стакана изюма, ⅔ стакана сметаны, 3 столовые ложки лимон-

ного сока, соль по вкусу, 3 ломтика лимона, веточки кудрявой петрушки для украшения.

Подготовленное мясо крабов отварить до готовности в горячей воде, подкисленной лимонным соком. Откинуть на дуршлаг и дать стечь. Готовое крабовое мясо нарезать небольшими кусочками. Вымытые яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать соломкой (или натереть на терке с крупными отверстиями). Изюм несколько раз промыть в теплой воде и обсушить. Смешать измельченное крабовое мясо, яблоки и изюм, посолить по вкусу и заправить сметаной. Все тщательно перемешать и выложить в салатник. Готовый салат украсить ломтиками лимона и вымытыми веточками кудрявой петрушки.

Салат «Тропик»

150 г отварных или консервированных креветок, 2 киви, 1 папайя, 4 листка салата.

Для заправки: *2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки сливок, 1 чайная ложка томатной пасты, ½ чайной ложки горчицы, 2 столовые ложки лимонного сока, по ¼ чайной ложки молотого красного и черного перца, соль.*

Приготовить заправку: сметану соединить со сливками, томатной пастой и горчицей и тща-

тельно перемешать до получения однород
массы. Затем добавить лимонный сок, с
молотый перец и еще раз хорошо перемешать

Папайю очистить, разрезать пополам, удал
семена, а мякоть нарезать длинными ломтика
Киви почистить и разрезать на четыре части. Л
стья салата промыть, обсушить и разложить
одному листу на тарелки. Сверху уложить ло
тики папайи, четвертинки киви и очищенных кр
веток в виде горки, полить все заправкой и
дать салат к столу.

Салат по-севастопольски

*300 г крабовых палочек, 1 яблоко, 2 вареных кар
ца, 1 луковица, 3–4 столовые ложки сметан
или майонеза, по 1 столовой ложке измельче
ной зелени петрушки и укропа, 1 вареная мор
ковь для украшения, соль, черный молотый
перец.*

Крабовые палочки освободить от упаковки и
нарезать маленькими кубиками. Сваренные
вкрутую яйца почистить и мелко нарезать. Очи
щенный репчатый лук измельчить. Яблоко оч
стить от сердцевины и порезать маленькими
ломтиками. Подготовленные продукты переме
шать с зеленью петрушки и укропа, заправить

сметаной и подать в салатнике, украсив цветочками из вареной моркови, на стол.

Салат из мидий с зеленым горошком

800 г свежих мидий, 1 стакан риса, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 1 яйцо, ½ тюбика майонеза, фигурно нарезанные ломтики моркови для украшения.

Свежие мидии опустить в кипящую воду и варить под закрытой крышкой в течение 5–6 минут, пока не раскроются. Затем отварных моллюсков с огня вынуть, мясо из раковин извлечь, тщательно промыть под холодной проточной водой, чтобы смыть остатки ила. Мясо мидий опустить в подсоленную воду (можно также добавить 2–3 столовые ложки лимонного сока) и отварить до готовности, после чего вынуть из отвара, охладить и мелко нашинковать. Рис промыть несколько раз в теплой воде и сварить рассыпчатую кашу. Яйцо сварить вкрутую, очистить и размять вилкой.

Смешать в салатнике вареные мидии, рассыпчатый рис, консервированный зеленый горошек, измельченное яйцо и заправить майонезом. Готовый салат украсить фигурно нарезанными ломтиками моркови.

Салат из консервированных кальмаров

400 г консервированных кальмаров, 3 яйца, 3 ... ковицы, ¾ стакана консервированного зеле... горошка, ½ стакана густой сметаны, соль, ... ный молотый перец, зелень петрушки, расти... ло для жарения.

Вынуть консервированных кальмаров из ... ки, тщательно промыть под холодной прото... водой, обсушить бумажными салфетками и ... резать соломкой. Репчатый лук очистить, ... мыть и нашинковать тонкими полукольца... Разогреть в сковороде растительное масло и ... жарить в нем кальмаров вместе с репчатым ... ком, добавить по вкусу соль и черный молот... перец. Яйца сварить вкрутую, очистить и на... зать маленькими кубиками. Смешать в сала... ке поджаренных вместе с луком кальмаров ... консервированный горошек и заправить ма... незом. Готовый салат украсить мелко наре... ной зеленью петрушки и фигурно нарезанн... ломтиками овощей (моркови, свеклы).

Салат из морского гребешка

200 г мускула морского гребешка, 1 морко... 1 корень сельдерея, 1 пучок зелени петруш... ¼ стакана риса, 2 яблока, 2 яйца, ½ ти...

майонеза, 3 ... соль.

Замороженн... залить холодн... 2 часов, после ... ной проточной ... ковь очистить ... В нить в кастрю... морковь и кор... ния. В кипящу... гребешка, соль ... связанную в п... небольшом ог... нуть готовый ... бы стекла вод... фетками и ме... морковь, коре... переложить в ...

Из риса с... сварить вкрут... Яблоки очист... ку и натереть ... ми. Смешать ... бешка, варен... рассыпчатый ... леную зелен... салат майонез...

майонеза, 3 ломтика лимона для украшения, соль.

Замороженный мускул морского гребешка залить холодной водой и дать постоять около 2 часов, после чего хорошо промыть под холодной проточной водой. Корень сельдерея и морковь очистить, вымыть и нарезать соломкой. Влить в кастрюлю воду, добавить измельченную морковь и корень сельдерея и довести до кипения. В кипящую воду опустить мускул морского гребешка, соль (примерно 1 -2 чайные ложки) и связанную в пучок зелень петрушки и варить на небольшом огне в течение 10 минут. Затем откинуть готовый морской гребешок на дуршлаг, чтобы стекла вода, промокнуть кулинарными салфетками и мелко нарезать. Вынуть из отвара морковь, корень сельдерея и зелень петрушки и переложить в отдельную посуду для остывания.

Из риса сварить рассыпчатую кашу. Яйца сварить вкрутую, очистить и размять вилкой. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и натереть на терке с крупными отверстиями. Смешать в салатнике мускул морского гребешка, вареную морковь и корень сельдерея, рассыпчатый рис, яблоки, яйца и мелко порубленную зелень петрушки. Заправить готовый салат майонезом и украсить ломтиками лимона.

Салат из креветок с брынзой

300 г крупных отварных креветок, 2 сладких перца красного цвета, 1 сладкий перец желтого цвета, 1 крупный огурец, 3–4 красные луковицы, 400 г брынзы, 2 столовые ложки красного винного уксуса, 6 столовых ложек оливкового или подсолнечного масла.

Сладкий перец очистить от семян, ополоснуть и порезать тонкими полосками. Огурец вымыть и порезать небольшими ломтиками. Очищенный лук нашинковать четвертькольцами. Сыр порезать крупными кубиками. Креветки очистить, соединить со сладким перцем, сыром и луком, полить смесью растительного масла и уксуса, посолить и хорошо перемешать.

Салат из креветок с мандаринами и сыром

½ кг свежих креветок, 1 мандарина, 200 г твердого сыра, 5 столовых ложек лимонного сока, ½ стакана сметаны, соль.

Свежие креветки отварить в подсоленной воде, после чего очистить: удалить головки, усики, панцирь и внутренности. Сложить мясо креветок в эмалированную или стеклянную посуду, полить лимонным соком, перемешать и дать постоять около 15 минут при комнатной темпера-

туре. В это время очистить мандарины от кожуры, разделить на дольки, разрезать каждую напополам и удалить пленки и косточки. Мягкий сыр нарезать небольшими кубиками.

Смешать в салатнике мясо креветок, мандарины и сыр и заправить сметаной. Подать к столу сразу же, пока не стек сок из мандаринов.

Салат из лангустов с зеленым горошком

300 г лангустов, 1 яйцо, 5 столовых ложек рассыпчатого отварного риса, ½ стакана консервированного зеленого горошка, 4–5 столовых ложек майонеза, соль по вкусу, веточки кудрявой петрушки для украшения.

Подготовленных лангустов отварить в подсоленной воде до готовности, охладить и нарезать маленькими кусочками. Яйцо сварить вкрутую, очистить и размять вилкой.

Смешать в салатнике кусочки вареных лангустов, рассыпчатый рис, яйцо, консервированный зеленый горошек и заправить майонезом. Готовый салат украсить веточками петрушки.

Салат из печени трески

1 банка консервированной печени трески, 2 яйца, 3 столовые ложки риса, ½ лимона, 2 столовые

ложки мелко нарезанного зеленого лука, 3 ст
ловые ложки майонеза

Вынуть печень трески из банки, откинуть
сно, чтобы стекло масло, а затем мелко по
бить. Яйца сварить вкрутую, очистить и разм
вилкой. Из риса сварить рассыпчатую ка
Лимон очистить от кожуры и мелко наре
предварительно удалив косточки. Смешать
салатнике печень трески, яйца, рассыпчатый р
лимон и заправить майонезом. Готовый са
украсить мелко нарезанным зеленым луком.

Салат «Морской»

*200 г консервированных кальмаров, 300 г кури
ного мяса, 2 кислых яблока, 1 маринованный о
рец, ½ стакана майонеза, 3 ломтика лимона
украшения, соль, черный молотый перец*

Куриное мясо без кожи отварить в подсоле
ной воде до готовности, охладить и нарезать с
ломкой. Консервированных кальмаров вынут
из банки, тщательно промыть кипяченой водо
обсушить кулинарными салфетками и также
резать соломкой. Яблоки очистить от кожуры
удалить сердцевину и натереть на терке с кру
ными отверстиями. Маринованный огурец н
тереть на мелкой терке. Смешать в салатни

консервированных кальмаров, куриное мясо, яблоки и маринованный огурец, добавить черный молотый перец и заправить майонезом. Готовый салат украсить ломтиками лимона.

Салат «Португалия»

200 г мяса свежих крабов, 200 г ветчины, 2 яйца, ½ стакана консервированного зеленого горошка, 2 помидора, ⅔ стакана майонеза, 3 столовые ложки мелко нарезанного зеленого лука.

Мясо крабов отварить в подсоленной воде до готовности, откинуть на дуршлаг, охладить и нарезать небольшими кусочками. Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко порубить. Ветчину нарезать маленькими кубиками. Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу и нарезать дольками. Смешать в салатнике крабовое мясо, ветчину, консервированный зеленый горошек, яйца, помидоры и заправить майонезом. Готовый салат посыпать мелко нарезанным зеленый луком.

Салат «Ассоль»

2 кальмара, 350 г отварного куриного филе, 1 крупное кислое яблоко, 4–5 столовых ложек майонеза, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, соль, красный молотый перец.

Кальмаров очистить, опустить в кипящую подсоленную воду и отварить до готовности, после чего вынуть, остудить и нарезать кубиками. Курятину порезать на небольшие кусочки.

Яблоко вымыть, очистить от сердцевины и натереть на крупной терке, перемешать с мясом и кальмарами, заправить майонезом, посолить, поперчить и еще раз перемешать.

Готовый салат выложить горкой в салатник, посыпать зеленью петрушки, украсить ломтиками кальмара и подать на стол.

Салат из устриц с оливками

750 г устриц, 15 оливок без косточек, 2 яйца, 2 столовые ложки мелко нарезанного зеленого лука, 4–5 столовых ложек майонеза, 3 столовые ложки поджаренных семян кунжута, 3 столовые ложки лимонного сока, соль.

Опустить устриц в кипящую воду и варить на сильном огне в течение 5–6 минут под закрытой крышкой, пока они не раскроются. После этого снять кастрюлю с огня и вынуть мясо из раковин. Тщательно промыть мясо устриц под холодной проточной водой, чтобы смыть остатки ила, а затем отварить его до готовности в подсоленной и подкисленной лимонным соком во-

Откинуть на дуршлаг, остудить и измельчить. Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко порубить. Оливки без косточек нарезать соломкой.

Смешать в салатнике мясо устриц, измельченные оливки, яйца, зеленый лук и заправить майонезом. Сверху готовый салат посыпать поджаренными кунжутными семенами.

Салат из печени трески с рисом и гранатом

1 банка консервированной печени трески, 1 гранат, 3 столовые ложки риса, 2 яйца, ½ стакана майонеза, 1 ломтик лимона, веточки петрушки для украшения.

Консервированную печень трески вынуть из банки и откинуть на сито, чтобы стекло масло, после чего мелко нарезать.

Из риса сварить рассыпчатую кашу. Яйца сварить вкрутую, очистить и размять вилкой. Гранат надрезать острым ножом, разломить руками и осторожно вынуть зерна.

Смешать в салатнике консервированную печень трески, рассыпчатый рис, гранатовые зерна и яйца и заправить майонезом.

Готовый салат украсить кружочком лимона и веточками петрушки. Дать постоять 15 минут и подать к столу.

Салат «Каприччо»

50 г черной икры, 1 кг мелкого картофеля, 1 стакан сметаны, 2 помидора, 1–2 свежих огурца, 1 столовая ложка измельченного укропа, 1 лук

Картофель [illegible] очистить, ком в кипящей [illegible] варить до готовности, после чего [illegible]. Нарезать переменать [illegible] сметаной, посолить, добавить [illegible] картофель и [illegible] салат посыпать [illegible] подавать на стол.

Салат из трепангов с [illegible] и горошком

50 г [illegible], 2 картофеля, [illegible] ложка, [illegible] горошка, [illegible] 2 столовые ложки мелко нарезанного [illegible], 2 ломтика лимона [illegible]

Хорошо промыть очищенных трепангов холодной водой, отварить и нарезать тонкими ломтиками. Картофель сварить в мундире до мягкости, очистить и нарезать небольшими кубиками. Яйца очистить от кожуры, удалить сердцевину, нарезать соломкой (или натереть на терке с крупными отверстиями). Смешать в салатнике отвар-

ных трепангов, картофель, яблоки, консервированный зеленый горошек и мелко нарезанную зелень петрушки. Заправить салат майонезом, хорошо перемешать и украсить ломтиками лимона.

Салат из кальмаров с капустой

250 г филе кальмара, 1 яблоко, 100 г белокочанной капусты, 1 морковь, 1 столовая ложка лимона, 3–4 столовые ложки сметаны или майонеза, соль.

Филе кальмара промыть, опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 5 минут, после чего вынуть, охладить и тонко нарезать. Морковь почистить и натереть на крупной терке. Капусту промыть и тонко нашинковать. Яблоко очистить от кожуры и сердцевины и порезать тонкой соломкой. Подготовленные компоненты соединить с промытым и обсушенным изюмом, заправить сметаной или майонезом, посолить, перемешать, выложить горкой в салатник и подать на стол.

Салат из кальмаров со спаржей

0,5 кг свежих кальмаров, 4 спелые хурмы, 100 г спаржи, 1 луковица, ⅔ стакана сметаны, ¼ чай-

[illegible] ложки черного молотого перца, соль по вкусу, 2 ломтика лимона для украшения

Разделать свежих кальмаров, оставив только [illegible], затем их промыть под холодной проточной водой, обсушить кухонными салфетками и обжарить с добавлением соли. [illegible] нарезать [illegible] большими [illegible] промыть [illegible] Хурму [illegible] удалить [illegible] кубиками. Смешать [illegible] кальмаров, хурму, спаржу и [illegible] заправить смесью сметаны, соли и черного молотого перца. Готовый салат переложить в салатник и украсить ломтиками лимона.

Салат «Карина»

150 г вареных креветок, 2 помидора, 1 авока[illegible], 1 столовая ложка лимонного сока, 2 перси[illegible], 1 пучок листьев салата.

Для заправки: *2 столовые ложки сметаны, 1 з[illegible]бок чеснока, 1 чайная ложка белого винного [illegible]*

суса, ½ столовой ложки оливкового масла, соль, специи.

Приготовить заправку: чеснок почистить, измельчить, растереть с солью, добавить сметану, специи, уксус и оливковое масло, тщательно перемешать и отставить.

С персиков снять кожицу, удалить косточки, а мякоть порезать дольками. Авокадо очистить, разрезать пополам, вынув косточку, мелко нарезать и полить лимонным соком. Помидоры ошпарить кипятком, очистить от кожицы и семян, мелко нарезать, соединить с авокадо, добавить персики и очищенные креветки и осторожно перемешать. Выложить салат на блюдо или тарелку, украшенную листьями салата, полить его заправкой и подать на стол.

Салат из креветок «Оригинальный»

2 стакана свежих шеек креветок, 3 луковицы, 2 стакана белого вина, ⅔ стакана консервированного зеленого горошка, 5 столовых ложек растительного масла, соль и черный молотый перец по вкусу, 2 ломтика лимона.

Свежие шейки креветок положить в эмалированную кастрюлю, залить белым вином, добавить по вкусу соль и отварить до готовности.

Готовые креветки откинуть на дуршлаг, а винный отвар слить в отдельную посуду. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нашинковать, обжарить кипятком и также откинуть на дуршлаг. Смешать все салатные листья креветок, репчатый лук и консервированный зеленый горошек.

Приготовленную заправку смешать 2 ст. ложки винного отвара с растительным маслом и мелко нарезанной зеленью петрушки и полить этой смесью салат.

Все тщательно перемешать. Готовый салат украсить помидорами, предварительно удалив из них косточки.

Салат из устриц с бобами

300 г консервированных устриц, 1 стакан бобов, 12 оливок без косточек, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, соль и черный молотый перец по вкусу, 2 дольки лимона для украшения

Бобы отварить до мягкости в небольшом количестве воды, откинуть на дуршлаг и охладить. Консервированные устрицы вынуть из банки. Каждую оливку разрезать на четыре части. Репчатый лук очистить, ополоснуть и мелко нашинковать. Смешать консервированные устрицы,

вареные бобы, оливки и репчатый лук, добавить соль и черный молотый перец по вкусу и полить растительным маслом. Все ингредиенты тщательно перемешать.

Готовый салат выложить горкой в салатник и украсить ломтиками лимона.

Салат «Гамбринус»

0,5 кг свежих креветок, 1 банка консервированной кукурузы, 1 луковица, 2 небольших соленых огурца, 2–3 столовые ложки майонеза, соль по вкусу, 2–3 маслины для украшения, зелень петрушки.

Свежие креветки отварить в небольшом количестве подсоленной воды, после чего вынуть из отвара и очистить: удалить головки, усики, панцири и внутренности. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нашинковать. Соленые огурцы нарезать маленькими кубиками.

Положить в салатник вареные креветки, консервированную кукурузу, репчатый лук, соленые огурцы, заправить майонезом и все тщательно перемешать.

Маслины без косточек разрезать в виде цветочка и украсить ими салат. Рядом красиво уложить зелень петрушки.

Салат из трепангов с яблоками

60 г сушеных трепангов, 2 кислых яблока, 3 картофелины, 2 соленых огурца, ½ стакана майонеза.

Отварить трепангов, остудить и нарезать тонкими ломтиками. Картофель отварить в мундире, остудить, очистить и нарезать маленькими кубиками. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и натереть на терке с крупными отверстиями. Соленые огурцы нарезать небольшими кубиками. Смешать ломтики отварных трепангов, яблоки, картофель и соленые огурцы, добавить майонез и все тщательно перемешать. Полученную массу переложить горкой в салатник и украсить ломтиками лимона и зеленью.

Пряный крабовый салат

400 г свежего мяса крабов, 3 спелых персика, 4 столовые ложки сметаны, 1 свежий имбирный корень длиной 5 см, 5 горошин черного перца, 4 столовые ложки лимонного сока, 2 ломтика лимона для украшения, соль.

Свежее мясо крабов положить в эмалированную кастрюлю, добавить соль, черный перец горошком, влить воду и поставить на огонь. Свежий имбирный корень очистить, вымыть, нате-

реть на терке с крупными отверстиями, положить в марлевый мешочек и опустить в кастрюлю. Варить до полной готовности мяса крабов, после чего откинуть его на дуршлаг, остудить и нарезать кубиками. Переложить крабовое мясо в стеклянную или эмалированную посуду, полить лимонным соком, осторожно перемешать и дать постоять около 15 минут при комнатной температуре, чтобы мясо пропиталось.

Спелые персики ошпарить кипятком, снять кожицу, удалить косточки и нарезать маленькими кубиками. Смешать в салатнике крабовое мясо и кусочки персиков и заправить сметаной. Готовый салат украсить ломтиками лимона, предварительно вынув из них косточки.

Салат по-болгарски

200 г копченой икры трески, 200 г брынзы (слабосоленой), ½ пучка укропа, 2 столовые ложки лимонного сока, паприка.

Брынзу раскрошить или натереть на терке. Зелень укропа очень мелко нарубить.

С икры аккуратно снять пленку, смешать с брынзой и взбить до получения однородной массы. Посыпать паприкой, полить лимонным соком и снова тщательно перемешать.

Выложить икру в глубокую тарелку, посыпать укропом и подать с ломтиками поджаренного белого хлеба.

Салат из мидий с перцем

20 мидий, 6 столовых ложек майонеза, 1 чайная ложка горчицы, 1 маринованный болгарский перец, веточки петрушки для украшения, соль, черный молотый перец

Мидии опустить в кипящую воду, накрыть крышкой и варить на сильном огне в течение 5–6 минут, пока они не раскроются. После этого снять посуду с огня, вынуть мясо из раковин и охладить.

Майонез соединить с горчицей, перемешать до однородного состояния, залить этой заправкой мидий, посолить, поперчить, выложить в салатник, украсить полосками маринованного сладкого перца красного цвета и веточками петрушки и подать на стол.

Салат из морской капусты и крабов

250 г отварной морской капусты, 200 г консервированного мяса крабов, 2–3 яблока, ½ стакана изюма, 2 столовые ложки жидкого меда, ⅓ стакана сметаны, 1 столовая ложка соевого соуса

Замочить изюм на 15–20 минут в теплой воде. Очистить яблоки от сердцевины и натереть на крупной терке. Крабовое мясо мелко нарезать и смешать с яблоками, изюмом и морской капустой.

Отдельно смешать сметану с соевым соусом и медом, заправить этим соусом салат и перемешать. Перед подачей на стол украсить салат мелко нарезанным мясом крабов.

Салат из кальмаров по-корейски

1 кг кальмаров, 1–2 зубка чеснока, 1 столовая ложка соевого соуса, 1 чайная ложка уксусной эссенции, ¼ чайной ложки кунжута, ½ чайной ложки красного молотого перца, 1½ чайной ложки сахара, соль, черный молотый перец.

Кальмаров почистить, промыть и облать кипятком. Очистить от тёмной кожицы и сварить до готовности, после чего обсушить и нарезать соломкой.

Чеснок мелко порубить и заправить им подготовленных кальмаров, добавить соевый соус, уксусную эссенцию, кунжут, красный и черный молотый перец, сахар и соль и тщательно перемешать. Перед подачей на стол дать салату настояться 3–3,5 часа.

Салат «Русалка»

100 г маринованной морской капусты, 100 г мяса кальмаров, 1 крупное яблоко, 1 сладкий перец красного или желтого цвета, 1 огурец, 3–4 столовые ложки растительного масла, соль, черный молотый перец.

Морскую капусту и кальмаров мелко порезать. Огурец нарезать мелкими кубиками. Сладкий перец очистить от семян, промыть и нашинковать тонкой соломкой. Яблоко вымыть, очистить от сердцевины и натереть на крупной терке. Подготовленные продукты перемешать, посолить, поперчить, заправить растительным маслом и еще раз перемешать. Готовый салат выложить в салатник и подать на стол, украсив полосками сладкого перца.

Салат по-калининградски

250 г кальмаров, 5 картофелин, 2 соленых огурца, 1 пучок зеленого лука, ½ пучка зелени петрушки, ½ стакана майонеза, ⅓ чайной ложки черного молотого перца, соль.

Кальмары вымыть в холодной воде, почистить, отбить деревянным молоточком с обеих сторон и варить в кипящей подсоленной воде 4–5 минут, после чего охладить их в отваре и

нарезать соломкой. Картофель вымыть и отварить в мундире, затем остудить, очистить и нарезать небольшими ломтиками. Соленые огурцы нарезать соломкой. Зеленый лук промыть, отряхнуть и мелко нарезать. Смешать кальмаров с картофелем, солеными огурцами, зеленым луком, заправить черным перцем, солью, майонезом и тщательно перемешать.

Поставить салат в холодильник на 2 часа, а перед подачей на стол украсить зеленью петрушки.

Салат из кальмаров с вином и помидорами

700 г кальмаров, 2 крупных мясистых помидора, 3 зубка чеснока, 1 пучок петрушки, 5–6 маслин без косточек, 3–4 дольки лимона, ½ стакана белого сухого вина, 4–5 столовых ложек кунжутного или оливкового масла, 1 столовая ложка лимонного сока, ¼ чайной ложки черного молотого перца, соль.

Кальмары тщательно вымыть, натереть солью, дать постоять 10–15 минут, а затем нарезать колечками. Маслины разрезать вдоль на 3–4 части.

Помидоры опустить на 20 секунд в кипящую воду, после чего снять кожицу и нарезать небольшими кусочками. Чеснок мелко порубить. Зелень

петрушки вымыть, отряхнуть и мелко нашинковать.

Разогреть в сковороде кунжутное или оливковое масло и обжарить кальмаров, после чего добавить к ним вино, помидоры, петрушку, чеснок, накрыть крышкой и варить, пока кальмары не станут мягкими. После этого добавить лимонный сок, черный перец и соль.

Полученный салат переложить в глиняный салатник и перед подачей на стол украсить дольками лимона и нарезанными маслинами.

Салат из жареных крабов

0,5 кг мяса крабов, 1 яйцо, 1 зубок чеснока, 50 г швейцарского сыра, 5 столовых ложек панировочных сухарей, 3–4 дольки апельсина, 1 стакан растительного масла, 1 стакан сливок, ½ пучка зелени петрушки, ½ чайной ложки черного молотого перца, соль

Чеснок очистить и пропустить через чесночницу. Сыр натереть на крупной терке. Мясо крабов слегка обжарить в небольшом количестве растительного масла и смешать с чесноком.

Яйцо взбить со сливками, добавить черный перец и соль по вкусу. Обмакивать в эту смесь обжаренных крабов, обваливать их в сухарях и

жарить в разогретом растительном масле до золотистого оттенка. Горячих крабов выложить горкой в салатник, посыпать сыром и украсить нарезанной зеленью и дольками апельсинов.

Салат из консервированных крабов

150 г консервированных крабов, 1 соленый огурец, 2 яйца, 1 корень сельдерея, 4–5 столовых ложек майонеза, соль.

Сварить вкрутую яйцо, охладить и отделить белок от желтка. Нарезать крабовое мясо небольшими кусочками, соленый огурец — маленькими кубиками, а вареный белок и очищенный корень сельдерея — тонкой соломкой. Посолить салат по вкусу, заправить майонезом и осторожно перемешать. Желток раскрошить и посыпать им выложенный в салатницу салат.

Салат из крабов с овощами

1 банка консервированных крабов, 2 картофелины, 2–3 моркови, 4 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 4 яйца, 4 столовые ложки майонеза.

Мясо крабов отцедить от сока и разделить на отдельные волокна. Зеленый горошек отцедить от жидкости. Яйца сварить вкрутую, остудить,

очистить и мелко порубить. Картофель и морковь тщательно вымыть, отварить до готовности, после чего очистить и нарезать соломкой.

Майонез смешать с соком от консервированных крабов и заправить им подготовленную смесь из картофеля, моркови, яиц, зеленого горошка и мяса крабов, тщательно перемешать и выложить в салатник. Украсить салат крупными красными кусочками крабов и поставить на 1–2 часа в холодильник.

Салат крабовый с грибами

100 г консервированного мяса крабов, 2 столовые ложки измельченной ветчины, 2 вареные картофелины, 1–2 свежих шампиньона, 1 сладкий болгарский перец, 2–3 маслины без косточек, 1 столовая ложка оливкового или кукурузного масла, 2 чайные ложки лимонного сока, соль, черный молотый перец.

Грибы вымыть, опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 20–25 минут, после чего вынуть, остудить и мелко нарезать.

Болгарский перец очистить от семян, ополоснуть и нашинковать соломкой. Очищенный картофель и мясо крабов нарезать небольшими кубиками, соединить со сладким перцем и ветчиной,

посолить, поперчить и хорошо перемешать. Растительное масло взбить с лимонным соком до однородного состояния, залить этой смесью салат, добавить вареные грибы, измельченные маслины, снова перемешать, выложить горкой в салатник и сразу же подать.

Салат из крабов с яблоками

1 банка консервированных крабов, 2 яблока, 2 столовые ложки лимонного сока, 2 столовые ложки майонеза.

Мясо крабов отцедить от сока и нарезать маленькими кубиками. Майонез смешать с 2 столовыми ложками сока от крабов и лимонным соком и хорошо перемешать.

Яблоки очистить от кожуры и сердцевины и натереть на крупной терке, смешать с подготовленным мясом крабов, заправить майонезом и тщательно перемешать. Выложить салат в салатник и украсить крупными красными кусочками крабов. Подавать хорошо охлажденным.

Салат из крабов с сельдереем

1 банка консервированных крабов, 5 белых грибов, 1 соленый огурец, 2 яйца, 1 корень сельдерея,

12 грецких орехов, 1 столовая ложка клюквы, 4 столовые ложки майонеза.

Грибы очистить, тщательно промыть и отварить в подсоленной воде в течение 30 минут, откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода, охладить и нарезать соломкой или тонкими ломтиками. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и мелко порубить (оставить ⅓ яйца для украшения). Сельдерей вымыть и сварить до мягкости, после чего остудить, очистить и нарезать соломкой. Мясо крабов отцедить от сока и порезать в виде лапши.

Ядра грецких орехов прокалить в духовке или обжарить на сухой сковороде до появления аромата, после чего остудить, очистить от сухой кожицы и измельчить. Соленый огурец нарезать соломкой, добавить мясо крабов, яйца, сельдерей, орехи, грибы, клюкву, заправить все майонезом и перемешать. Выложить салат в салатник и украсить кружочками вареного яйца. Подавать охлажденным.

Салат из трепангов

100 г сушеных трепангов, 1 стакан риса, 2 луковицы, 3 моркови, ½ стакана майонеза, 2 столовые ложки растительного масла.

Отварить трепангов, остудить и нарезать тонкими ломтиками. Рис несколько раз промыть и сварить рассыпчатую кашу. Репчатый лук очистить и нарезать полукольцами. Морковь нарезать тонкой соломкой.

Разогреть сковороду с растительным маслом и обжарить лук. Когда лук подрумянится, добавить морковь. Через 3–5 минут накрыть сковороду крышкой, немного убавить огонь и тушить морковь с луком до мягкости. Выложить овощи в миску и остудить. Смешать трепангов, овощи и рис, заправить салат майонезом и хорошо перемешать. Подать салат к столу в охлажденном виде.

Салат по-норвежски

400 г трепангов, 2–3 огурца, ½ пучка зеленого лука, 2–3 зубка чеснока, ½ чайной ложки кунжута, 2 чайные ложки соевого соуса, 1 чайная ложка уксуса, 1½ столовой ложки кунжутного или оливкового масла, 1 столовая ложка горчицы, 2 чайные ложки сахара, соль.

Разрезать обработанного трепанга вдоль на кусочки шириной 1–1,5 см, обдать крутым кипятком, ополоснуть холодной водой и откинуть на дуршлаг. Огурцы вымыть и нарезать тонки-

ми узкими полосками длиной 5 см. Зеленый лук мелко нарезать. Чеснок очистить и пропустить через чесночницу.

Смешать подготовленного трепанга с огурцами, зеленым луком, чесноком, кунжутом, соевым соусом, уксусом, кунжутным или оливковым маслом, горчицей и сахаром, посолить и тщательно все перемешать.

Готовый салат выложить горкой на блюдо, немного охладить и подать на стол.

Салат «Нерей»

1 банка консервированного мяса кальмаров, 2 зеленых яблока, 1 банка консервированных кусочков ананаса, 1–3 вареных яиц, 100 г твердого сыра, 100 г ветчины, ½ стакана консервированной кукурузы, ½ тюбика майонеза.

С кальмаров слить жидкость и нарезать их полосками. Сваренные вкрутую яйца почистить и нарезать соломкой. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины и нарезать небольшими кубиками. С ананасов слить жидкость. Сыр и ветчину нарезать соломкой, соединить с яйцами, яблоками, кальмарами и ананасами, добавить кукурузу, заправить салат майонезом, перемешать, выложить в салатник и подать.

Салат из жареного морского гребешка

50 г сушеного морского гребешка, 1 пучок зелени петрушки, 3 столовые ложки смальца, 6 г бульонного кубика, соль.

Замочить сушеный морской гребешок в холодной воде на 1–1,5 часа, после чего промыть и отварить в кипящей соленой воде в течение 10–15 минут. Откинуть отваренный морской гребешок на дуршлаг, чтобы стекла вода, затем промокнуть полотенцем или салфеткой и мелко нарезать.

Растопить в сковороде смалец и поджарить на нем подготовленный морской гребешок.

Обжаренное мясо моллюска сложить в дуршлаг или на сито, чтобы стек жир, затем в горячем виде смешать с половиной бульонного кубика.

Зелень петрушки тщательно промыть, обсушить и также обжарить на смальце, после чего откинуть на дуршлаг или сито и смешать с оставшимся бульонным кубиком.

Выложить приготовленный морской гребешок в салатник, а сверху красиво уложить жареную зелень.

САЛАТЫ С ГРИБАМИ

Салат из телятины, грибов и языка

200 г телятины, 50 г окорока, 100 г свежих грибов, 100 г маринованных грибов, 150 г языка, 100 г свеклы, 300 г картофеля, 1 яйцо, 100 г соленых огурцов, 200 г консервированного зеленого горошка, 200 г майонеза или 200 г сметаны, зелень.

Грибы отварить в микроволновой печи при средней мощности в течение 5 минут. Холодное вареное мясо, окорок или рулет, вареные картофель и свеклу, очищенные соленые огурцы, маринованные и отварные грибы нарезать кубиками. Все компоненты смешать, заправить майонезом или сметаной. Салат оформить зеленью, вареным яйцом и мясом.

Салат мясной с грибами, креветками и помидорами

300 г отварного мяса, 100 г креветок, 200 г грибов, 4 картофелины, 300 г свежих помидоров, 1 яйцо, зелень укропа и петрушки, соль.
Для заправки: *5 яиц, 1 столовая ложка горчицы, 1 головка репчатого лука, 4 столовые ложки уксуса, 6 столовых ложек растительного масла, черный молотый перец, соль.*

Продукты отварить в микроволновой печи при средней мощности до готовности. Мясо, вареный картофель, грибы и помидоры нарезать тонкими ломтиками.

В салатницу уложить слоями помидоры, картофель, грибы, креветки, мясо. Каждый слой посолить и поперчить.

Желтки яиц протереть через сито, смешать с горчицей, солью, перцем, измельченным луком и укропом, добавить уксус и масло, хорошо размешать. Полить салат подготовленной заправкой, украсить дольками вареных белков, посыпать зеленью петрушки.

Салат из жареной телятины, грибов и зеленого горошка

250 г жареной телятины, 3 вареных яйца, 100 г грибов, 100 г зеленого горошка, 1–2 соленых огурца, 1 головка репчатого лука, 150 г майонеза, 1 яблоко, лимонный сок, зелень петрушки, сахар, перец, соль.

Мясо, яйца и огурцы нарезать тонкими полосками, яблоко — кубиками. Грибы отварить до готовности. Лук нарезать. Перемешать все с зеленью, добавить зеленый горошек, заправить солью, сахаром, перцем и лимонным соком. Укра-

сить кусочками телятины, яйца и зеленью. Отдельно подать майонез.

Салат грибной с ветчиной

200 г свежих или маринованных грибов, 100 г постной ветчины, 4 отварные картофелины, 1 свежий огурец, 1 свежий помидор, 1 головка репчатого лука, 1 стакан сметаны, 1 вареное яйцо, уксус, соль, сахар, горчица, зеленый салат, зелень укропа или петрушки.

Грибы отварить до готовности. Грибы, ветчину, картофель и огурец нарезать ровными дольками, перемешать.

В сметану добавить уксус, горчицу, соль, сахар. Полученной заправкой залить подготовленные продукты. Украсить ломтиками яйца, помидора и зеленью.

Салат из вареного мяса, грибов и лука

100 г вареного мяса, 100 г грибов, 2 - 3 огурца, 3 вареных яйца, 100 г зеленого лука, зелень укропа и петрушки, 200 г майонеза, соль.

Лук мелко нарезать, потолочь с зеленью и перемешать с нарезанными кубиками огурцами. Посолить и дать постоять. Грибы отварить. До-

бавить яйца, мясо и майонез. Все перемешать и посыпать зеленым луком.

Салат из грибов, мяса и соленых огурцов

250 г жареного или вареного мяса, 150 г грибов, 3 картофелины, 2 соленых огурца, 2 помидора, 2 вареных яйца, 1 крупное яблоко, 1 вымоченная сельдь.

Соус для салата: *150 г сметаны, 1 столовая ложка хрена, 2 столовые ложки уксуса, 1 чайная ложка горчицы, зелень укропа.*

Картофель отварить, остудить и нарезать кубиками. Яблоко очистить и вынуть сердцевину. Грибы отварить до готовности. Яблоко, огурцы, мясо, грибы, сельдь нарезать полосками, смешать с картофелем.

Из сметаны, уксуса, хрена, горчицы, зелени приготовить соус и залить им салат. Украсить помидорами, огурцами и яйцами.

Салат из свинины, грибов и картофеля

500 г свинины, 250 г грибов, 450 г картофеля, 350 г соленых огурцов, 100 г зеленого салата, 3 яйца, 250 г майонеза, 60 г соуса «Южный», перец, соль.

Очищенный вареный картофель и жареное крупными кусками мясо нарезать ломтиками. Соленые огурцы очистить от загрубевшей кожицы, нарезать вдоль на четыре части, удалить семена и также нарезать ломтиками. Грибы отварить, остудить и нарезать.

Подготовленные продукты слегка подсолить, поперчить, перемешать, заправить майонезом или соусом. Уложить горкой в салатницу, смазать сверху майонезом и украсить продолговатыми ломтиками свинины, кольцами вареного яйца, листьями салата, огурцами, нарезанными кружочками или ленточками.

Салат из грибов, мяса и яблока

150 г грибов, 200 г мяса, 3 картофелины, 1 соленый огурец, 1 яблоко, 2 вареных яйца, 150 г зеленого горошка, 1–2 головки репчатого лука, 150 г майонеза, лимон, перец, зелень укропа или петрушки, соль.

Мясо, картофель и грибы по отдельности отварить до готовности. Все продукты нарезать кубиками, добавить зеленый горошек, соль, перец. Лимонный сок перемешать с частью майонеза и заправить салат. Готовое блюдо полить оставшимся майонезом и украсить зеленью.

Салат из грибов с мясом и фасолью

200 г грибов, 400 г телятины, 150 г картофеля, 250 г соленых огурцов, 100 г фасоли, 2 яйца, 200 г майонеза, зелень.

Грибы и картофель отварить. Грибы, картофель и огурцы очистить, нарезать кубиками и смешать с мясом, вареной фасолью, нарубленными яйцами. Заправить майонезом, украсить зеленью.

Салат из грибов, риса и помидоров

200 г грибов, 200 г мяса, 4 помидора, 2 огурца, 2 головки репчатого лука, 200 г риса, 100 г сметаны, перец, зелень укропа или петрушки, соль.

Грибы отварить в микроволновой печи при средней мощности в течение 5 минут. Мясо и рис отварить до готовности при той же мощности. Овощи нарезать тонкими кружочками, мясо — кубиками. Добавить сметану, соль, перец и перемешать. Посыпать зеленью.

Салат из грибов и мозгов с лимонным соком

200 г грибов, 300 г мозгов, 2–3 яйца, 1–2 столовые ложки лимонного сока или уксуса, зелень петрушки.

Мозги очистить от пленок и опустить в кипяток (2–3 стакана), добавив 1 чайную ложку соли, 1 столовую ложку уксуса и половинку лаврового листа. Варить около 10 минут при средней мощности, после чего вынуть из бульона и дать остыть. Нарезать ломтиками и уложить в тарелку. Мелко нарубить вареные яйца. Грибы отварить на среднем огне до готовности. Мозги посыпать яйцами, посолить, добавить грибы и залить подсолнечным маслом или уксусом. Посыпать зеленью петрушки и украсить дольками соленого огурца.

Салат грибной с рисом и жареной говядиной

200 г грибов, 250 г жареной говядины, 1 стакан риса, 2–3 апельсина, 1 столовая ложка крахмала, 300 г майонеза, лимонный сок, соль.

Рис сварить в небольшом количестве подсоленной воды, откинуть на дуршлаг и промыть холодной кипяченой водой.

Сок апельсина развести водой (1:7), добавить крахмал, закипятить и сразу смешать с майонезом.

Грибы отварить, остудить.

Рис, кубики мяса, грибы и кусочки апельсина перемешать, сбрызнуть лимонным соком, за-

править приготовленным соусом. Подавать охлажденным.

Салат из грибов, языка и свеклы

200 г грибов, 200 языка телячьего, 1 свекла, 1 корень сельдерея, 40 г зеленого салата, 20 г анчоусов, 2 свежих помидора, 100 г майонеза, соль.

Грибы отварить, остудить и порезать. Отваренный и очищенный язык, сельдерей, анчоусы и салат нарезать соломкой, вареную свеклу — кружочками. Все смешать, посолить и заправить майонезом.

В майонез предварительно добавить мелко нарезанные очищенные помидоры.

Салат из грибов, говядины и помидоров

200 г грибов, 200 г говядины, 2 яйца, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, зелень петрушки, листья салата, 30 г майонеза, 20 г салатной заправки, соль, перец.

Грибы отварить, остудить и порезать мелкими кусочками. Отварное мясо нарезать тонкими ломтиками или соломкой, промариновать в салатной заправке около часа. Помидоры очистить от кожицы, нарезав на половинки, слегка

отжать их, а затем нарезать ломтиками, смешать с мясом, добавив мелко нарезанный лук и майонез. Заправить солью, перцем и выложить в салатницу, украсив кружочками круто сваренных яиц, листьями зеленого салата и веточками петрушки.

Салат из грибов, телятины и свинины

150 г грибов, 150 г телятины, 150 г жареной свинины, 3 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 2 яблока, 200 г майонеза, лимонный сок или уксус, соль.

Грибы нарезать кубиками и обжарить. Мясо, огурцы, лук и яблоки нарезать полосками, полить лимонным соком или уксусом и смешать с майонезом. Можно посыпать перцем.

Салат из грибов и ветчины с макаронами

200 г грибов, 200 г ветчины, 200 г макарон, 1 кочан цветной капусты, 2 корня сельдерея, 2 моркови, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, 3 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка горчицы, соль.

Грибы отварить, остудить, порезать. Отварную морковь и сельдерей нарезать соломкой, ка-

пусту разделить на кочешки и отварить в подсоленной воде.

К подготовленным овощам и отваренным макаронам добавить нарезанную ветчину, грибы, посолить и заправить растительным маслом, уксусом, майонезом и горчицей.

Салат из грибов с окороком и языком

200 г свежих грибов, 200 г готового мяса, 50 г языка, 100 г окорока или рулета, 3 картофелины, 1 свекла, 2 соленых огурца, 2 яйца, 100 г майонеза или горчичной заправки, зелень.

Грибы, картофель и свеклу по отдельности отварить до готовности, остудить и очистить от кожицы. Отваренные мясо и язык, окорок или рулет, грибы, картофель, свеклу и очищенные от кожицы огурцы нарезать кубиками.

Продукты соединить и заправить майонезом или горчичной заправкой. Украсить зеленью и яйцом.

Салат из грибов, ветчины, фасоли и помидора

150 г грибов, 150 г ветчины, 100 г фасоли, 1 помидор, 80 г зеленого лука, 50 г зеленого салата,

уксус, 4–8 столовых ложек растительного масла, сахар, соль.

Фасоль сварить в небольшом количестве воды в микроволновой печи при малой мощности в течение 15 минут, охладить. Грибы отварить при средней мощности в течение 5 минут. Ветчину нарезать кубиками, зеленый лук — кусочками, салат — на части. Все перемешать и заправить уксусом, растительным маслом, сахаром, солью. Украсить помидорами, листьями салата и зеленым луком.

Салат из грибов, сосисок и зеленого лука

200 г сосисок, 150 г грибов, 3 картофелины, 100 г зеленого лука, 100 г майонеза, сахар, зелень укропа или петрушки, соль.

Грибы отварить в микроволновой печи при средней мощности в течение 5 минут. Отварить картофель и сосиски при той же мощности. Нарезать их кубиками, посолить. Лук мелко нарезать, потолочь с сахаром, перемешать с майонезом. Залить этой смесью салат и посыпать зеленью.

Салат из грибов, колбасы и корнишонов

200 г грибов, 200 г колбасы или ветчины, 3–4 картофелины, 50 г сельдерея, 75 г корнишонов

или огурцов (маринованных), 1 яблоко, 75 г салата, 100 г майонеза, горчица, зелень петрушки, уксус, соль.

Нарезать отваренные грибы, зеленый салат, колбасу или ветчину, сельдерей, яблоко и корнишоны ломтиками, сложить в миску. *Сделать заправку:* майонез смешать с небольшим количеством горчицы, мелко нарезанной зеленью, добавить уксус и посолить по вкусу. Подготовленные продукты заправить соусом и уложить в салатницу. Салат украсить ломтиками вареной свеклы, яблока и кольцами лука.

Салат из грибов, овощей и красной икры

1 кг картофеля, 300 г грибов, 250–300 г моркови, 1 банка консервированного горошка, 1 печеная красная свекла, 250–300 г жареного мяса или колбасы, 3–4 сваренных вкрутую яйца, 3–4 сырых яйца, 2–3 стакана растительного масла, 2 головки репчатого лука, 3–4 соленых огурца, 2 лимона, 1 чайная ложка тмина, горчица, 20 маслин (без косточек), черная или красная икра, свежие помидоры.

Картофель, нарезанный кубиками, отварить в подсоленной воде, ароматизированной тмином, до готовности. Морковь, нарезанную куби-

ками, отварить в подсоленной воде, добавив ложку растительного масла и щепотку натертой лимонной цедры.

Нашинковать лук, слегка посолить и растереть, затем прибавить к нему ⅓ часть картофеля. Смесь выложить в глубокую салатницу и залить 3 ложками растительного масла. Грибы отварить в печи при средней мощности в течение 5 минут. Последовательно добавить горошек, смешанный с оставшимся картофелем, нарезанные кубиками соленые огурцы, грибы, морковь, свеклу и мясо. Из сырых яичных желтков и остального количества растительного масла приготовить майонез. Половину майонеза развести частью картофельного отвара, заправить лимонным соком и посолить. Залить готовый салат, затем распределить на порции и каждую порцию украсить дольками помидоров, сваренных вкрутую яиц, очищенным от кожицы лимоном, маслинами и петрушкой по желанию.

Салат из грибов с курицей

500 г вареной курятины, 150 г сухих грибов, 2 яйца, 200 г майонеза.

Грибы отварить. Мясо нарезать лапшой, добавить отваренные грибы, круто сваренные и на-

резанные яйца, соль. Заправить майонезом, украсить маринованными фруктами и зеленью.

Салат из грибов с цыпленком и сельдереем

200 г грибов, 300 г мяса цыпленка, 1 корешок сельдерея, 1 соленый огурец, 100 г майонеза, 2–3 столовые ложки кислого молока, черный перец.

Вареное мясо, отварные грибы, небольшой корешок сельдерея и соленый огурец мелко нарезать, все смешать. Майонез развести кислым молоком и заправить салат. Сверху салат посыпать черным перцем.

Салат из грибов, курицы и картофеля

100 г грибов, 100 г куриного мяса, 100 г ветчины, 2 картофелины, 100 г стручковой фасоли, 1 вареное яйцо, 250 г зеленого салата, 1 яблоко, 1 соленый огурец, 150 г майонеза, зелень, соль.

Картофель и курицу отварить по отдельности при средней мощности в микроволновой печи до готовности. Грибы отварить при той же мощности в течение 5 минут. Салат и стручки фасоли нарезать на 2–3 части, остальные продукты — ломтиками. Все перемешать, заправить майонезом, солью, посыпать зеленью.

Салат из твердого сыра и маринованных грибов

150 г твердого сыра, 200 г маринованных грибов, 1 маринованный красный перец, 1 сваренное вкрутую яйцо, 100 г майонеза, зелень петрушки, перец, соль

Сыр натереть на крупной терке, грибы и перец нарезать соломкой. Все компоненты соединить, посолить, поперчить, выложить в салатницу, полить майонезом и посыпать мелко нарезанным яйцом и зеленью петрушки.

Салат с сыром по-голландски

100 г твердого сыра, 100 г вареных шампиньонов, 200 г сметаны, черный молотый перец, зелень петрушки или укропа, соль

Сыр нарезать кубиками, шампиньоны — кусочками, все смешать со сметаной, посолить слегка поперчить, украсить зеленью.

Салат из грибов, дичи и зелени

300 г грибов, мясо 1 рябчика (вареного или жареного), 2–3 вареные картофелины, 1 свежий огурец, 100 г спаржи или капусты цветной, 1 вареная морковь, 100 г стручков фасоли или горошка

зеленого, 1 помидор, 10 г салата, ⅓ стакана заправки или масла растительного и уксуса.

Грибы отварить. На середину салатницы горкой поместить нарезанный зеленый салат, вокруг которого расположить все овощи «букетами». Филе рябчика нарезать тонкими широкими ломтиками и уложить на зеленый салат в виде пирамидки, в середину которой поместить красивую ветку сельдерея или листки салата. При подаче на стол салат сверху посолить и полить заправкой из масла и уксуса. Салат можно приготовить с мясом домашней птицы, а свежие овощи заменить консервированными (спаржей, цветной капустой, горошком, стручками фасоли, помидорами и др.).

Салат из грибов, овощей и дичи

200 г грибов, мясо 1 рябчика (куропатки) или ½ фазана (тетерева), 1 картофелина, 2 свежих огурца, ⅓ кочана цветной капусты, 2 свежих помидора, 1 корень сельдерея, 1 яблоко или 2–3 абрикоса, 75 г консервированного горошка, 3 яйца, 50 г зеленого салата, ¾ стакана салатной заправки, укроп, соль.

Филе отварной или жареной дичи нарезать тонкими продолговатыми ломтиками, вареную цветную капусту разделить на отдельные соцве-

тия (кочешки); очищенный салатный сельдерей свежее яблоко нарезать тонкой соломкой, вареный картофель, свежие огурцы — кружочками, помидоры и абрикосы - дольками, а салат зеленый — на 3 части. Грибы отварить. Подготовленные продукты сложить в миску, посолить, поперчить и заправить салатной заправкой, в которую для аромата можно добавить немного растертого чеснока или столовой горчицы.

Готовый салат выложить горкой в салатницу и украсить зеленым салатом, свежим огурцом, ломтиками дичи, вареными яйцами, помидорами; посыпать укропом.

Салат из грибов, ветчины с рисом и горошком

150 г грибов, 150 г ветчины, ½ стакана риса, 1 стакан горошка, 100 г майонеза или 3 столовые ложки растительного масла и 2 столовые ложки уксуса, зелень петрушки, перец, соль.

Грибы отварить. Мелко нарезанную ветчину смешать с рассыпчатым вареным рисом, грибами, горошком и зеленью. Поперчить, посолить по вкусу. Заправить майонезом или смесью растительного масла с уксусом. Готовый салат украсить листочками зеленого салата и кружочками красных помидоров.

Салат из грибов и печени с картофелем и луком

150 г грибов, 4 картофелины, 6 куриных печенок, 1 головка репчатого лука, 4 столовые ложки растительного масла, соль.

Грибы отварить. Печень нарезать, обжарить. Отварной картофель, грибы и жареную печень нарезать, добавить рубленый лук, посолить, заправить растительным маслом.

Салат из грибов, цветной капусты и каперсов

160 г шампиньонов, 100 г петушиных гребешков, 200 г цветной капусты, 150 г огурцов, 100 г картофеля, 40 г каперсов, 100 г майонеза, 2 желтка, зелень.

Гребешки отварить в подсоленной воде и оставить в бульоне. Грибы отварить. Очищенный вареный картофель и огурцы нарезать ломтиками, цветную капусту разобрать на мелкие кочешки; каперсы нарубить, отваренные шампиньоны нарезать ломтиками. Все продукты (кроме гребешков) смешать и заправить половиной нормы майонеза. Выложить в салатницу, сверху уложить отварные гребешки (гребнями вверх) и залить остальным майонезом. Посыпать желтками, протертыми через сито. Украсить зеленью.

Салат из грибов, дичи и овощей

200 г грибов, мясо 1 куропатки, рябчика или тетерева, 2 огурца, 2 картофелины, 60 г зеленого салата, 3–4 яйца, 200 г майонеза, соль.

Грибы отварить. Филе птицы, очищенный вареный картофель, свежие или соленые огурцы, яблоки, вареные яйца нарезать тонкими ломтиками, зелень мелко нашинковать. Подготовленные продукты выложить на блюдо, а за 10–15 минут до подачи на стол слегка посолить, добавить майонез и положить в салатницу и украсить листьями салата, ломтиками яблок, кусочками дичи, ломтиками вареного яйца, огурца, маслинами без косточек. Из такого же набора продуктов можно приготовить салат мясной. Вместо дичи и птицы используют вареную или жареную нежирную баранину, телятину, говядину, свинину или мясо кролика.

Салат из грибов и мяса кролика

200 г грибов, 400 г мяса кролика, 3 картофелины, 2 огурца, 2–3 вареных яйца, 2 помидора, 150 г майонеза, 150 г консервированной фасоли, 50 г зеленого салата, зелень петрушки, соль.

Картофель сварить в кожуре и очистить. Грибы отварить. Кролика сварить, отделить мясо от

костей. Мясо, картофель, яйца, огурцы, помидоры нарезать ломтиками, зеленый салат и стручки фасоли — на 2 -3 части. Все перемешать, посолить, добавить майонез и размешать. Посыпать зеленью.

Салат из рыбы с рисом и грибами

200 г рыбы, 100 г грибов, 2 столовые ложки риса, 3 головки репчатого лука, 150 г зеленого салата, 3 яйца, 5 столовых ложек майонеза, соль, специи.

Филе отварить в течение 4–5 минут и нарезать ровными кусочками. Лук нарезать кольцами и залить кипятком, чтобы не было горечи. Через 1–2 минуты воду слить, а лук охладить. Грибы отварить. Рыбу смешать с луком, грибами, отваренным рисом, мелко нарезанными яйцами и зеленым салатом, заправить майонезом и хорошо перемешать. Выложить в салатницу горкой и украсить ломтиками рыбы, кружочками яиц, листиками салата.

Салат из рыбы с грибами и помидором

200 г рыбного филе, 150 г грибов, 1 помидор, 1 свежий огурец, 3 вареные картофелины, 75 г зеленого салата, 75 г корнишонов (или 1 соленый огу-

рец), 2 стакана майонеза, 1 столовая ложка уксуса

Сварить рыбу и грибы по отдельности. Сваренную охлажденную рыбу (осетрину, севрюгу, белугу, судака, лососину) нарезать маленькими кусочками, очищенные картофель, грибы, свежий огурец, шампиньоны и помидор нарезать ломтиками, смешать все в миску, прибавить нарезанный зеленый салат. Перед подачей на стол продукты слегка посолить и смешать с соусом майонез и уксусом, затем уложить горкой в салатницу, поместив в центре горки красивые листики зеленого салата, а вокруг, по овалу, уложить кружки помидора и огурца. Можно салат украсить икрой — паюсной, зернистой или кетовой, ломтиками семги, лососины, кеты, осетрины и маслинами без косточек. В салат можно прибавить репчатый или зеленый лук.

Салат из грибов, рыбы и яиц

200 г грибов, 500 г рыбы, 3 яйца, 3 головки репчатого лука, 2 моркови, 3 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Отварить рыбу и грибы по отдельности. Рыбу, грибы и сваренные вкрутую яйца мелко нарубить. Лук и морковь обжарить в сливочном

масле. Все компоненты перемешать, посолить, поперчить и заправить жиром, в котором жарились овощи.

Салат из грибов, филе трески и хрена

250 г филе трески, 200 г грибов, 4—5 картофелин, 2 огурца, 100 г хрена, 1 стакана майонеза, 2 чайные ложки уксуса, 50 г зеленого лука

Треску отварить, остудить и нарезать кусочками. Очищенный картофель и огурцы нарезать ломтиками. Грибы отварить. В миску положить натертый хрен, добавить майонез, соль, уксус, смешать с нарезанной рыбой, картофелем, грибами, огурцами и переложить в салатницу. Салат украсить кусочками огурца, мелко нарезанным зеленым луком, натертым хреном и ветками зелени петрушки.

Салат из рыбы, грибов и сыра

500 г рыбы, 200 г грибов, 3 яйца, 2 головки репчатого лука, 50–60 г голландского сыра, 1 банка майонеза, 5–6 маслин, перец, соль.

Отварить филе рыбы и грибы по отдельности. Филе, сваренные вкрутую яйца, грибы, репчатый лук порубить, добавить тертый сыр, за-

править майонезом и хорошо перемешать. Выложить в салатницу, украсить зеленью и маслинами.

Салат из грибов, судака и огурца

300 г судака, 150 г грибов, 2 картофелины, 1 огурец, маринованный перец, 150 г майонеза, соль.

Грибы и рыбу отварить. Рыбное филе нарезать небольшими кусочками, отварной картофель и остальные продукты — соломкой. Все перемешать, заправить солью и майонезом.

Вместо маринованного можно использовать свежий перец, предварительно испеченный в духовке. В этом случае добавить сахар и лимонный сок.

Салат из кальмаров, грибов и картофеля

2 кальмара, 200 г грибов, 5 картофелин, 2 соленых огурца, 60 г зеленого горошка, 150 г майонеза, зелень укропа или петрушки, перец, соль.

Филе кальмаров с зеленью отварить, остудить, очистить от кожи и нарезать ломтиками. Перемешать с нарезанными отварным картофелем, отваренными грибами и огурцами, посолить, поперчить, перемешать. Добавить зеленый горошек и майонез. Посыпать зеленью.

Салат из кальмаров с рисом и грибами

2–3 кальмара, 200 г грибов, 3 головки репчатого лука, 4 столовые ложки риса, 3 вареных яйца, 50 г зеленого салата, 100 г майонеза, томатный сок, зелень укропа, перец, соль.

Рис отварить в подсоленной воде до готовности, промыть и охладить. Отварить грибы. Кальмаров сварить, охладить, очистить от кожи и нарезать соломкой. Лук нарезать кольцами, ошпарить и охладить. Яйца нарезать по-кольцами, листья салата — кусочками, зелень укропа порубить. Все перемешать, добавить соль, перец, заправить майонезом и томатным соком. Посыпать зеленью.

Салат из кальмаров, грибов и яблок

700 г кальмаров, 250 г грибов, 2 яблока, 2 яйца, 2–3 столовые ложки зеленого горошка, ½ банки майонеза.

Кальмаров отварить, очистить и мелко нашинковать. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать пластинками. Грибы отварить и порезать. Сваренные вкрутую яйца порубить. Все компоненты смешать, добавить зеленый горошек и заправить майонезом.

Уложить горкой в салатницу, украсить кусочками кальмаров и яблок.

Салат из грибов, креветок и горошка

100 г креветок, 200 г грибов, 4 картофелины, 3 яйца, 150 г зеленого горошка, ½ банки майонеза, лимонный сок, соль

Креветки отварить, очистить от панциря, сбрызнуть лимонным соком. Отваренные грибы, вареный картофель и вареные вкрутую яйца нарезать ломтиками, добавить к ним зеленый горошек, грибы и подготовленные креветки (оставить немного для украшения), заправить майонезом, посолить и осторожно перемешать. Выложить в салатницу, украсить зеленым горошком, кусочками яйца и креветками. Такой салат можно приготовить из консервированных креветок.

Салат из грибов, креветок и риса

600 г креветок, 200 г грибов, 3 столовые ложки риса, 2–3 головки репчатого лука, 3 вареных яйца, 100 г зеленого горошка, 50 г зеленого салата, 100 г майонеза, зелень петрушки или укропа, соль

Креветки отварить, очистить и мелко нарезать. Рис сварить в подсоленной воде, промыть.

охладить. Репчатый лук мелко нашинковать, прокипятить 1 минуту, охладить. Грибы отварить и порезать. Покрошить белок яиц, желток растереть с майонезом. Салат мелко нарезать. Все перемешать, добавить зеленый горошек, майонез, соль. Украсить листьями салата, зеленью и яйцом.

Салат из хека и грибов с овощами

400 г рыбы, 200 г грибов, 3–4 картофелины, 1 огурец, 3 яйца, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, ¼ банки майонеза, соль, сахар, специи.

Отварную рыбу (филе) нарезать кусочками, залить маринадом из уксуса, растительного масла, сахара, соли и поставить на один час в холодильник. Грибы отварить. Отварной картофель, соленый или маринованный огурец, крутые яйца, грибы нарезать тонкими ломтиками.

Вынуть рыбу из маринада, заправить майонезом, выложить на середину салатницы на слой овощей, заправленных майонезом, украсить листиками зеленого салата и дольками крутого яйца.

Для этого салата можно использовать и натуральные рыбные консервы.

Салат из креветок с патиссонами и грибами

250 г креветок, 150 г свежих грибов, 2 картофелины, 150 г патиссонов, 50 г маринованных грибов, 1 яйцо, ½ банки майонеза, лимонный сок, сахар, соль

Креветки отварить, очистить от панциря сбрызнуть лимонным соком. Грибы отварить. Вареный картофель, патиссоны, маринованные и отварные грибы нарезать тонкими ломтиками, заправить майонезом, сахаром и солью по вкусу, перемешать и сложить в салатницу. Сверху положить креветки и дольки вареного яйца. Украсить веточками зелени.

Вместо вареных креветок в этом салате можно использовать консервированных крабов или отварной мускул гребешка.

Салат из свежей сельди с грибами

600 г сельди (салаки или сардины), 3–4 столовые ложки растительного масла, 3–4 сухих гриба, 1 головки репчатого лука, 2 яйца, 2 свежих помидора, 3 столовые ложки сметаны, черный молотый перец, соль.

Филе свежей сельди посолить, запанировать в муке и обжарить с обеих сторон. Сушеные грибы отварить до готовности. Репчатый лук и све-

жие помидоры поджарить до мягкости, а затем добавить рубленые отваренные грибы и слегка поджарить. Все смешать, пропустить через мясорубку, влить густой соус, приготовленный из поджаренной до светло-желтого цвета пшеничной муки (1 столовая ложка), грибного бульона и сметаны. Добавить яичные желтки, соль, молотый перец, перемешать. Затем влить взбитые яичные белки и осторожно вымешивать.

Подготовленную массу выложить на смазанную жиром и посыпанную молотыми сухарями форму, разровнять сверху, смазать сметаной (2 столовые ложки) и запечь в духовке. Перед подачей салат нарезать на порции и полить растопленным маслом.

Салат из морского гребешка, грибов и капусты

400 г мускула гребешка, 200 г грибов, 200 г капусты, 2 яблока, 3 яйца, 10 маслин, 2/3 банки майонеза, соль.

Мускул гребешка отварить в подсоленной воде и нарезать кусочками, тонко нашинковать свежую белокочанную капусту и слегка протереть ее с солью. Грибы отварить. Нарезать ломтиками яблоки, очищенные от кожуры и семян,

и белки сваренных вкрутую яиц. Смешать все продукты, посолить и заправить салат майонезом. Выложить салат горкой, украсить зеленью, рублеными желтками и маслинами без косточек.

Салат из морского гребешка, грибов и перца

400 г мускула гребешка, 200 г грибов, 200 г маринованного сладкого перца, 4 яйца, ½ банки майонеза, соль, зелень

Мускул гребешка отварить, как в предыдущем рецепте, и нарезать кусочками. Маринованный перец нарезать соломкой, а крутые яйца – ломтиками. Грибы отварить и порезать. Залить мускул гребешка маринадом, в котором находился перец, и оставить на полчаса. Вынуть из маринада, смешать с остальными компонентами и заправить майонезом. Выложить в салатницу, украсить зеленью, рубленым яйцом.

Салат из морского гребешка, креветок и грибов

На 100 г вареного морского гребешка, кальмаров и трепангов, 50 г креветок, 1–2 свежих помидора, 1–2 свежих огурца, 3 столовые ложки маринованных грибов, несколько маслин, 3 столовые ложки майонеза, зелень петрушки, соль, перец

Морепродукты отварить до готовности. Вареные кальмары, морской гребешок, трепанги нарезать соломкой; свежие огурцы и маринованные грибы – кубиками. Заправить перцем и майонезом. Выложить горкой в салатницу, украсить дольками свежих помидоров, маслинами, креветками. Сверху посыпать мелко нарубленной зеленью.

Салат из сельди, грибов, помидоров и сладкого перца

200 г сельди, 200 г грибов, 250 г помидоров, 150 г красного сладкого перца, 1–2 головки репчатого лука, 25 г салата.

Для заправки: *4 столовые ложки растительного масла, уксус, перец, зелень петрушки, соль.*

Грибы отварить. Филе сельди нарезать кусочками и смешать с измельченными помидорами, грибами, перцем, луком, салатом. Полить заправкой и украсить зеленью.

Салат из копченой сельди и грибов с овощами

1 копченая сельдь, 200 г грибов, 4–5 картофелин, 1–2 огурца, 1–2 помидора, 100 г зеленого

лука, 1 стакан салатной заправки, зеленый салат, зелень петрушки, соль.

Картофель и грибы по отдельности отварить в небольшом количестве воды. Сельдь очистить и вынуть кости.

Сельдь, грибы и овощи, кроме зеленого салата, мелко нарезать, перемешать, посолить и заправить салатной заправкой. Украсить листьями салата и посыпать зеленью.

Салат из сельди и грибов с овощами

2 соленые сельди, 150 г грибов, 3 картофелины, 2 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 2 свеклы, 1 морковь, 3 столовые ложки зеленого горошка, 2 яйца, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, соль.

Филе соленой сельди нарезать мелкими кусочками; отварной картофель и соленые огурцы — ломтиками, лук — полукольцами, переспелую свеклу — кружочками, крутое яйцо мелко нашинковать. Грибы отварить. Подготовленные продукты перемешать, добавить консервированный зеленый горошек. Салат заправить майонезом и сметаной, посолить, осторожно переме-

шать и выложить горкой в салатницу. Украсить продуктами, входящими в состав салата.

Салат из сельди и грибов с овощами и яблоком

2 сельди, 150 г грибов, 2–3 картофелины, 1–2 огурца, 1–2 моркови, 1 яблоко, 2 головки репчатого лука, 2 помидора, 2 вареных яйца, 3–4 столовые ложки майонеза, уксус, 1 чайная ложка соуса «Московский», зеленый салат, зелень петрушки или укропа, соль.

Морковь и картофель отварить до готовности, сельдь очистить и вынуть кости. Грибы отварить. Все продукты нарезать небольшими кубиками и перемешать. Добавить майонез, уксус, соус, посолить и перемешать. Посыпать зеленью, украсить помидорами, яблоком и листьями зеленого салата.

Салат из сельди и грибов с фасолью и яблоками

1 сельдь, 150 г грибов, 50 г фасоли, 2–3 яблока, 1 головка репчатого лука, 2–3 соленых огурца, 2–3 столовые ложки растительного масла, горчица, зеленый лук, сахар, перец, уксус, соль.

Фасоль замочить в кипяченой воде на 12 часов и отварить в этой же воде. Грибы отварить. Сельдь вымочить и разделать, вынуть кости. Все продукты мелко нарезать, перемешать и соединить с фасолью. Добавить растительное масло, соль, сахар, уксус, перец, горчицу. Украсить зеленым луком.

Салат из сельди, грибов и яблок

2 сельди, 2–3 огурца, 150 г грибов, 2–3 яблока, 2 отварных яйца, 1–2 столовые ложки репчатого лука, 1 столовое яблоко, 100 г майонеза, перец, сахар, лимонный сок, зелень петрушки, соль

Сельдь вымочить, очистить и подержать в молоке 2–3 часа, затем пропустить ее через мясорубку. Грибы отварить. Огурцы и яблоки мелко нарезать, перемешать с сельдью, добавить рубленые лук, грибы и яйца, перец, сахар, лимонный сок, соль, майонез. Украсить зеленью.

Салат из копченых сардин с грибами и зеленым салатом

2 сардины горячего копчения, 150 г грибов, 200 г зеленого салата, 3 огурца, 50 г зеленого лука, 4 столовые ложки майонеза, зелень петрушки или укропа, соль.

Овощи нарезать и смешать с майонезом, посолить. Грибы отварить. С сардин снять кожу, вынуть кости, нарезать, добавить в салат перед подачей к столу. Посыпать зеленью.

Салат из картофеля с грибами и копчеными сардинами

5 картофелин, ½ стакана грибов, 3 сардины горячего копчения, 2 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 50 г зеленого лука, 50 г зеленого горошка, 100 г майонеза, зеленый салат, зелень петрушки или укропа, соль.

Грибы отварить. Овощи и грибы мелко нарезать, добавить зеленый горошек и отделенные от кожи и костей мелко нарезанные сардины, посолить. Заправить майонезом и перемешать, посыпать зеленью.

Салат из трески и грибов с зеленью

400 г рыбы, 200 г грибов, 1 яблоко, 2 огурца, 1 помидор, 7 стеблей зеленого лука, 1 яйцо, 50 г салата, 3 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль, перец, уксус.

Свежие огурцы и яблоки очистить от кожицы, нарезать мелкими кубиками; отваренную рыбу — более крупными кубиками, зеленый лук

нашинковать. Грибы отварить. Сложить все в посуду, посолить, поперчить и заправить уксусом, растительным маслом и мелко нарезанной зеленью петрушки. Выдержать 30–40 минут в холодном месте. Выложить на блюдо, украсить кружочками свежих помидоров, крутых яиц, листиками салата. Зеленый лук можно заменить нашинкованным репчатым луком.

Салат из грибов и соленых огурцов

180 г картофеля, 140 г соленых огурцов, 150 г грибов, 80 г свеклы, 60 г майонеза, 2 яйца, 30 г молока, 2 г зелени, соль.

Вареный картофель, соленые огурцы, отваренные грибы и свеклу нарезать кубиками и заправить майонезом. Яичный омлет толщиной 3–4 мм охладить. Выложить на него подготовленный салат и свернуть конвертом. Блюдо украсить оставшимся майонезом. Салат можно оформить зеленым луком, зеленью петрушки.

Салат из грибов, риса и спаржи

100 г риса, 100 г грибов, 100 г спаржи, 100 г соленого перца, 150 г яблок, майонез, соль, черный молотый перец.

Отварить рис, спаржу и грибы. Рис, головки спаржи, грибы, нарезанный соломкой перец и нарезанные кусочками яблоки смешать, заправить майонезом, солью и перцем.

Салат из грибов, картофеля и соленых огурцов

190 г говядины, 150 г грибов, 15 мл растительного масла, 1 яйцо, 150 г картофеля, 150 г соленых огурцов, 150 г моркови, 100 г зеленого горошка, 35 г яблок, 40 г майонеза, 15 г сметаны, перец, зелень.

Грибы, картофель, морковь отварить. Мясо обжарить. Жареное мясо, вареные картофель, яйцо и морковь, грибы, огурцы, очищенные от кожицы, и свежие яблоки нарезать тонкими ломтиками, добавить зеленый горошек.

Все перемешать, затем посыпать перцем, заправить сметаной и майонезом, выложить в салатницу, украсить кусочками мяса, яблок и зеленью.

Салат из грибов, сладкого перца и яблок

300 г грибов, 120 г сладкого перца, 100 г картофеля, 100 г соленых огурцов, 3 яйца, 50 г моркови, 150 г свежих яблок, 100 г зеленого горошка,

50 г маслин, 50 г свежих огурцов, 100 г свежих помидоров, банка майонеза, 50 г соуса «Южный».

Вареные грибы, картофель, морковь, соленые или маринованные огурцы, сладкий перец, яблоки нарезать соломкой, все смешать и заправить майонезом и соусом «Южный». Подготовленную массу уложить на листья салата горкой, сверху украсить ломтиками мяса, дольками вареных яиц, маслинами, консервированными фруктами, зеленым салатом, свежими яблоками, огурцами и помидорами.

Салат из грибов, редьки и мяса

100 г грибов, 100 г мяса, 120 г редьки, 30 г репчатого лука, 5 г зелени петрушки, соль.

Грибы и мясо сварить до готовности по отдельности. Мясо, грибы и редьку нарезать соломкой, лук — кольцами и все хорошо перемешать. При подаче уложить горкой и украсить зеленью.

Салат из грибов и белокочанной капусты

160 г белокочанной капусты, 150 г грибов, 5 г сахара, 10 мл 3%-ного уксуса, 40 г репчатого лука

20 г консервированного горошка, 140 г картофеля, 1 яйцо, 5 г зелени, 20 г редьки, 10 г петрушки.
Для томатной заправки: *10 мл растительного масла, желток 1 яйца, 3 мл уксуса, 50 г пассонов, 2 г сахара, соль, специи.*

Капусту, редьку и петрушку нашинковать соломкой и отдельно замаринновать. Грибы сварить. Вареный картофель, грибы нарезать кубиками, соединить с маринованными овощами, добавить зеленый горошек и перемешать. При подаче салат выложить горкой, заправить салатной заправкой и украсить яйцом и зеленью.

Салат из зеленой фасоли и грибов

100 г зеленой фасоли, 100 г грибов, 20 мл растительного масла, 5 мл уксуса, соль, перец.

Отварить фасоль. Сварить грибы. Сваренную и охлажденную стручковую молодую фасоль заправить растительным маслом, уксусом, черным молотым перцем, солью, осторожно перемешать вместе с грибами и гарнировать свежими помидорами.

Салат из грибов, редьки и кислого граната

150 г грибов, 1 редька, 1 гранат средней величины.

Очистить редьку, нашинковать тонкой со-
ломкой, промыть горячей водой и замочить в
холодной воде на 30 минут. Затем откинуть в
дуршлаг, дать стечь влаге. Грибы отварить. Раз-
брать кислый гранат. Из одной части зерен вы
жать сок, другую часть смешать с нашинкован-
ной редькой и нарезанными грибами, положить
в тарелку и полить соком граната. Вырезать из
лука розетки, наполнить рубиновыми зернами
и украсить салат.

Салат из маринованных грибов, картофеля и клюквы

160 г грибов, 150 г картофеля, 20 г зеленого лука,
50 г клюквы, 25 мл салатной заправки, зелень

Картофель отварить. Маринованные или
соленые грузди, рыжики, белые грибы, отварной
картофель нарезать мелкими дольками, а зеле-
ный лук мелко нашинковать, перемешать и по-
лить салатной заправкой. Подать, посыпав зеле-
нью и клюквой.

Салат из грибов, редьки и картофеля

150 г редьки, 130 г картофеля, 100 г грибов, 130
огурцов, 20 г репчатого лука, 5 г салата, 5 г
лени петрушки, 20 г сметаны, 2 мл уксуса, соль

Промытую и очищенную редьку порезать тонкими ломтиками, посолить. Отварной картофель, сваренные грибы и свежие огурцы нарезать ломтиками, перемешать с редькой, заправить сметаной с добавлением сахара и уксуса. Подать, посыпав зеленью.

Салат из шампиньонов, сельдерея и фруктов

50 г грибов, 40 г корней сельдерея, 40 г яблок, 40 г бананов, 40 г мандаринов, 40 г винограда, 60 г майонеза, изюм.

Шампиньоны отварить. Корень сельдерея и яблоки нарезать соломкой, бананы — кружочками, смешать их с дольками мандаринов, очищенными от кожицы, нарезанными грибами и изюмом, залить майонезом. Салат украсить дольками мандаринов, виноградом и кусочками бананов.

Салат из грибов, курятины и зеленого горошка

100 г курятины или крольчатины, 30 г свежих или соленых огурцов, 1 яйцо, 40 г картофеля, 10 г салата, 20 г майонеза, 10 г сметаны, 5 г соуса «Южный», 25 г маринованных грибов, 50 г зеленого горошка, 5 г зеленого лука, соль, специи.

Мясо курицы отварить или обжарить. Отвар-
ную либо жареную курятину или крольчатину
нарезать мелкими кубиками. Отварной карто-
фель, маринованные грибы, соленые или свежие
(по сезону) огурцы, вареное яйцо, лук зеленый
также мелко нашинковать, соединить с мясом
посолить, поперчить, добавить майонез, соус
«Южный» и перемешать. Украсить листьями зе-
леного салата, зеленью, свежими помидорами,
зеленым горошком и пр.

Салат из грибов, помидоров и кабачков

150 г грибов, 2–3 луковицы, 2 зубка чеснока,
3 помидора, 2 кабачка, 1 стручок острого пер-
ца, 20 г маслин, 150 г консервированных сарди-
4 столовые ложки растительного масла, сок по-
ловины лимона, 1 сваренное вкрутую яйцо,
1 столовая ложка уксуса, красный и черный мо-
лотый перец, соль.

Кабачки и грибы отварить. Лук нарезать кол-
цами, добавить толченый чеснок, очищенные и
нарезанные дольками помидоры, отварные, на-
резанные кубиками кабачки, сардины, грибы, ос-
трый перец и маслины. Салат заправить маслом,
соком лимона, уксусом, солью, перцем и тща-
тельно перемешать. Украсить дольками яйца.

Салат из грибов, кольраби и сельдерея

200 г грибов, 200 г моркови, 1 корень сельдерея, 100 г кольраби, 50 г зеленого горошка, 1 вареное яйцо, растительное масло, уксус, черный молотый перец, маринованная спаржа, соль.

Морковь, корень сельдерея, капусту кольраби мелко нарезать, добавить зеленый горошек, перемешать и слегка замариновать в растительном масле с уксусом, перцем и солью. Грибы отварить. Все смешать. Готовый салат выложить горкой в салатницу, украсить дольками яиц и маринованной спаржей.

Салат из грибов и редьки с орехами

100 г грибов, 500 г редьки, 100 г ядрышек грецкого ореха.

Редьку сладких сортов очистить и нашинковать соломкой, обдать крутым кипятком, положить в холодную воду на 5–7 минут. Откинуть в дуршлаг, дать стечь влаге. Грибы отварить. Ядра грецкого ореха истолочь или пропустить через мясорубку, смешать с нашинкованной редькой и нарезанными грибами, положить в тарелку и подать в качестве легкой закуски с хлебом.

Салат из грибов, ананасов и бананов

20 г салата, 50 г шампиньонов, 1 вареное яйцо, 25 г ананаса, 25 г банана, 10 г сметаны, 10 г майонеза, 2 мл лимонного сока, 5 г жареных зерен миндаля, соль.

Салатные листья разложить на блюде. Грибы отварить. Мелко нарезанные яйцо, грибы, кружочки бананов и ананасов осторожно перемешать и выложить на листья. Сметану, майонез, лимонный сок и соль растереть, полить салат и посыпать жареным миндалем.

Салат из грибов, зеленого салата, сыра и белого хлеба

100 г грибов, 100 г салата, 70 г хлеба, 10 мл растительного масла, 5 г чеснока, 1 яйцо, 25 мл прованского масла, 15 мл лимонного сока, 50 г сыра, 30 г анчоусов, соль, перец.

Листья свежего салата очистить, промыть в холодной воде. Завернуть в сухую салфетку, убрать в холодильник. Белый пшеничный хлеб очистить от корок, нарезать кубиками и обжарить, затем добавить мелко рубленный чеснок и перемешать. Выложить гренки на тарелку, покрытую бумажной салфеткой. Яйца опустить в кипяток на 10 секунд и вынуть. Грибы отпарить

Подготовленный салат нарезать и положить в салатницу, заправить солью, перцем, прованским маслом и перемешать.

Разбить яйцо на салат, добавить лимонный сок, хорошо перемешать, посыпать тертым сыром, затем мелко нарезать анчоусы, добавить грибы, сверху уложить гренки.

Салат из свежей капусты, грибов и маринованного перца

120 г белокочанной капусты, 120 г грибов, 20 г маринованного перца, 10 г репчатого лука, 15 г моркови, 30 г майонеза, 2 г лимонной кислоты, соль, зелень укропа и петрушки.

Грибы отварить. Свежую капусту, репчатый лук, морковь, грибы и маринованный перец нарезать тонкой соломкой, заправить лимонной кислотой, солью. Салат выложить в салатницу пирамидой, сверху полить майонезом, украсить зеленью.

Салат из грибов, сельдерея и сладкого перца

40 г корней сельдерея, 50 г грибов, 70 г мяса цыпленка, 20 г сладкого красного перца, 1 яйцо, 20 г репчатого лука, 40 г салата, 5 мл уксуса, 10 мл оливкового масла.

Измельченный сельдерей, нарезанное лапшой филе вареного цыпленка, нарезанные тонкими колечками сырые стручки красного перца и репчатый лук, мелко нарубленные крутые яйца и вареные грибы, нарезанный соломкой салат перемешать, посолить и полить салатной заправкой из уксуса и оливкового масла.

Салат из грибов, помидоров и сельдерея

100 г грибов, 140 г помидоров, 180 г картофеля, 50 г репчатого лука, 80 г корней сельдерея, 1 яйцо, 5 мл уксуса, 10 мл оливкового масла, соль.

Грибы отварить и порезать. Нарезанные кружочками помидоры, отварной картофель, репчатый лук, грибы, сваренное вкрутую яйцо смешать с нашинкованным корнем сельдерея. Салат посолить по вкусу и полить заправкой из уксуса и оливкового масла.

Салат из грибов и сельдерея с орехами

150 г грибов, 2 корня сельдерея, 100 г ядер грецкого ореха, 50 г сыра, соль, перец, майонез, уксус, зелень петрушки.

Корни сельдерея очистить, нарезать кубиками, добавить измельченные ядра грецких орехов

тщательно растертый сыр, вареные грибы, посолить, поперчить, заправить майонезом и уксусом, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат из грибов, редиса и помидоров

100 г грибов, 100 г красного редиса, 25 г репчатого лука, 40 г помидоров, 15 г мяты, 50 мл салатной заправки.

У редиса удалить ботву, промыть и нарезать тонкими кружочками. Грибы отварить и порезать. Помидоры промыть и нарезать ломтиками, репчатый лук и мяту мелко нашинковать. После этого овощи соединить и заправить салатной заправкой, приготовленной из оливкового масла, лимонного сока, соли и перца.

Салат из грибов, спаржи и зеленой фасоли

40 г спаржи, 30 г стручков зеленой молодой фасоли, 20 г гусиной печени, 40 г грибов, 150 г помидоров, 20 г моркови, 50 г майонеза, зелень, соль.

Овощи отварить в небольшом количестве воды до готовности. Головки вареной спаржи, нарезанные стручки отварной молодой фасоли,

ломтики вареной гусиной печени, порезанные соломкой вареную морковь и маринованные грибы хорошо перемешать и заправить майонезом и солью по вкусу. Готовым салатом заполнить половинки свежих помидоров, из которых предварительно удалить мякоть. Подать, посыпав зеленью петрушки.

Салат из грибов с овощами и фруктами

100 г грибов, 130 г яблок, 140 г апельсинов, 120 г картофеля, 110 г моркови, 130 г огурцов, 5 г сахара, 10 г лимона, 20 г майонеза, лимонная кислота.

Вареные картофель, грибы и морковь, свежие яблоки, апельсины и огурцы очистить, нарезать дольками, добавить лимонную кислоту, майонез, сахар и перемешать. Выложить горкой в салатницу и украсить дольками фруктов.

Салат из бананов, ветчины и шампиньонов

50 г изюма, 2 банана, 100 г шампиньонов, 50 г кокосовой стружки, 30 г ветчины, 3 столовые ложки сливок, цедра половины лимона, салат, белый хлеб, соль.

Изюм хорошо промыть. Бананы нарезать ломтиками и смешать с кокосовыми орехами, на-

тертыми на крупной терке, мелко нарезанной ветчиной и изюмом, добавить сливки, соль, тертую цедру лимона. Грибы отварить и порезать. Все перемешать, выдержать 30 минут, украсить листьями салата и поджаренными ломтиками белого хлеба.

Салат из грибов, апельсинов и маслин

150 г шампиньонов, 180 г апельсинов, 40 г репчатого лука, 40 г маслин, 15 мл растительного масла, соль, перец.

Грибы отварить и порезать. Апельсины очистить и нарезать так же, как и лук, тонкими пластинками, смешать с маслинами, из которых удалены косточки, и грибами. Полить маслом, заправить солью и перцем.

Салат из грибов, сельдерея и фруктов

100 г грибов, 140 г сельдерея, 140 г бананов, 140 г яблок, 20 г салата, 120 г помидоров, 40 г майонеза.

Очищенный и нарезанный ланшой корень сельдерея, нарезанные кусочками бананы, кубиками — яблоки, соломкой — салат перемешать, заправить майонезом, в который добавлены мел-

ко нарубленные свежие помидоры и нарезанные вареные грибы. Подать блюдо в кокуре, украсив листьями салата.

Салат из грибов, зеленого горошка и отварного языка

100 г грибов, 100 г огурцов, 60 г зеленого горошка, 50 г отварного языка, 20 г майонеза, 20 г сметаны, 3 г перца.

Грибы отварить. Огурцы потушить в небольшом количестве воды. Язык сварить, снять кожу и нарезать кубиками. Нарезанную кусочками тушеную с луком зеленый горошек, язык перемешать. Майонез с сметаной, укроп растереть и залить этой смесью салат.

Салат из грибов, соленых огурцов и мяса цыпленка

500 г мяса цыпленка, 100 г шампиньонов, 2 соленых огурца, 1 корень сельдерея, майонез, перец, соль, редис, салат.

Цыпленка отварить, мякоть отделить от костей и нарезать кусочками. Отваренные грибы и соленые очищенные огурцы нарезать ломтиками, корень сельдерея — соломкой. Подготовленные продукты перемешать, заправить майоне-

зом, горчицей, солью. Выложить в салатницу, украсить редисом и листьями салата.

Салат из грибов, редьки и огурцов

150 г грибов, 160 г редьки, 140 г огурцов, 50 г зеленого лука, 40 г сметаны, 3 г лимонной кислоты, соль.

Редьку, очищенную от кожицы и измельченную на крупной терке, смешать с нашинкованными огурцами, вареными грибами, посолить, заправить лимонной кислотой или лимонным соком, выложить в салатницу горкой, посыпать нашинкованным зеленым луком, полить сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Салат из грибов, квашеной капусты и картофеля

140 г картофеля, 60 г шампиньонов, 25 г репчатого лука, 35 г квашеной капусты, 10 мл растительного масла, 3 мл уксуса, 3 г сахара, соль.

К отварному картофелю, нарезанному мелкими ломтиками, добавить нашинкованную капусту, вареные шампиньоны. Заправить уксусом, растительным маслом и посыпать сахарным песком.

Салат из грибов, сыра и мандаринов

100 г твердого сыра, 2–3 стручка сладкого перца, 50 г шампиньонов, 2 яблока, 2 мандарина или 1 апельсин.

Для соуса: *200 г йогурта, 1 чайная ложка горчицы, 3 чайные ложки меда, сок из половины лимона, апельсиновая цедра.*

Сыр и очищенные яблоки нарезать небольшими кубиками. Шампиньоны стушить и разрезать пополам. Сладкий перец нарезать кольцами. Готовые продукты смешать с дольками мандаринов или апельсинов. Из йогурта, горчицы, меда, сока лимона и цедры апельсина приготовить соус и заправить им салат.

Салат из грибов, шпика, картофеля и зеленой фасоли

300 г зеленой стручковой фасоли, 150 г грибов, 200 г картофеля, 40 г шпика, 1 луковица, 2–3 столовые ложки уксуса, соль, мускатный орех, черный молотый перец, зелень петрушки.

Зеленую стручковую фасоль отварить в подсоленной воде. Фасоль отцедить, вареный картофель нарезать ломтиками, смешать с фасолью и вареными грибами. Поджарить нарезанный кубиками шпик и вылить жир со шкварками в

салат. Заправить прокипяченным уксусом, солью, перцем, мускатным орехом и добавить измельченный репчатый лук и зелень петрушки.

Салат из грибов и риса с красным перцем

4–5 стручков красного сладкого перца, 100 г грибов, 100 г риса, 150 г зеленого горошка, уксус, соль, черный молотый перец.

Грибы отварить и нарезать. Красный стручковый перец очистить и нарезать вдлину. Добавить сваренный рис, зеленый горошек, соль, перец черный молотый, уксус и тщательно перемешать.

Салат из грибов, огурцов и йогурта

15 г грибов, 3 - 4 огурца, 2 - 3 сырых желтка, 200 г йогурта, 4 столовые ложки майонеза, зелень укропа, черный молотый перец, соль.

Огурцы очистить, нарезать и проварить в подсоленной воде. Из желтков, йогурта и майонеза взбить соус, добавить соль, перец, половину приготовленного укропа. Теплые, предварительно обсушенные дольки огурцов посолить, поперчить, смешать с вареными грибами, залить готовым соусом и посыпать оставшимся укропом. Подать с гренками.

Салат из грибов, сельди и сладкого перца

150 г грибов, 2 сельди, 3–4 помидора, 2 стручка сладкого перца, 2 луковицы, 10 г листьев салата, растительное масло, черный молотый перец, соль.

Грибы отварить. Сельдь очистить, удалить кости, нарезать кубиками и смешать с мелко нарезанными помидорами, красным сладким перцем, грибами, репчатым луком, зеленым салатом. Из растительного масла, уксуса, соли, перца черного молотого приготовить заправку и полить ею салат.

Салат из грибов, помидоров и фасоли

3–4 помидора, 150 г грибов, 100 г зеленой стручковой фасоли, 4 картофелины, 20 г масла, 2 столовые ложки оливкового (растительного) масла, уксус, черный молотый перец, соль, зелень укропа и петрушки.

Помидоры разрезать пополам, удалить семена, нарезать ломтиками. Зеленую фасоль нарезать ромбиками, отварить в подсоленной воде, отцедить и охладить. Грибы отварить. Картофель мелко нарезать и отварить. Помидоры и фасоль отдельно заправить оливковым (растительным) маслом, уксусом, солью, перцем. Уло-

жить в середние салатницы отварной картофель, посыпать его измельченной зеленью петрушки, вокруг выложить помидоры с фасолью и грибами, посыпать их мелко нарезанной зеленью укропа. Салат украсить маслинами без косточек.

Салат из грибов, макарон и цветной капусты

100 г грибов, 80 г макарон, 30 г моркови, 20 г корней сельдерея, 50 г цветной капусты, 80 г ветчины (колбасы), 10 мл растительного масла, 5 мл уксуса, 10 г майонеза, 2 г горчицы, соль.

Макароны отварить в соленой воде. Морковь и корень сельдерея, нарезанные кубиками, и цветную капусту, разобранную на кочешки, отварить в подсоленной воде. Грибы сварить. Охлажденные овощи и грибы перемешать с макаронами, заправить майонезом, растительным маслом, уксусом, горчицей и добавить нарезанную полосками ветчину или колбасу.

Салат из грибов, помидоров и огурцов

150 г грибов, 160 г помидоров, 150 г огурцов, 140 г редьки, 30 г репчатого лука, 15 мл растительного масла, 5 мл уксуса, зелень петрушки, укропа, соль, черный молотый перец.

Грибы отварить. Помидор, огурец, репчатый лук тонко нарезать, посолить, поперчить, посыпать зеленью петрушки и укропа, полить уксусом и растительным маслом и тщательно перемешать.

Салат из грибов и шпината

100 г грибов, 200 г шпината, 2 яйца, растительное масло, уксус, черный молотый перец, соль

Грибы отварить и нарезать. Листья шпината помыть, удалить прожилки, крупно нарезать, сбланшировать, охладить и отжать. Затем заправить солью, перцем, растительным маслом, уксусом и украсить дольками яиц, сваренных вкрутую.

Салат из грибов, языка и свеклы

100 г грибов, 150 г телячьего языка, 140 г свеклы, 140 г сельдерея, 120 г салата, 50 г анчоусов, 140 г помидоров, 50 г майонеза, соль

Вареный телячий язык, пригушенный сельдереем, анчоусы, вареные грибы и салат нарезать соломкой. Вареную свеклу — кружочками. Все хорошо перемешать и заправить майонезом и солью. В майонез предварительно добавить мел-

ко нарубленные без кожицы и семян свежие помидоры.

Салат из грибов, печени и редиса

150 г грибов, 200 г свиной или говяжьей печени, 300 г редиса, 100 г сметаны, черный молотый перец, соль.

Редис промыть и нарезать кружочками. Грибы отварить. Печень говяжью или свиную промыть, нарезать кусками, поперчить, запанировать в муке, обжарить при полной мощности, посолить и довести до готовности на слабом огне. Готовую печень пропустить через мясорубку, смешать с редисом и грибами и заправить сметаной и солью.

Салат из сушеных грибов, картофеля и кукурузы

100 г сушеных грибов, 3 картофелины, 200 г консервированной кукурузы, 2 луковицы, 2 вареных яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, соль, зелень.

Сушеные грибы отварить и нарезать соломкой, вареный картофель — кусочками. Грибы и картофель смешать с консервированной кукуру-

зой, измельченным репчатым луком, яйцами, посолить и полить заправкой из растительного масла и уксуса. При подаче салат посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа.

Салат из грибов, свеклы и яблок

100 г грибов, 1 свекла, 1 картофелина, 2 яблока, 2 соленых огурца, 1 луковица, соль, зелень

Для заправки: 2 столовые ложки уксуса, 3 столовые ложки растительного масла.

Грибы, свеклу и картофель отварить до готовности. Яблоки и свеклу нарезать тонкими ломтиками, картофель — кубиками, грибы, огурцы, лук, зелень петрушки порубить. Подготовленные продукты смешать, посолить и полить заправкой.

Салат из грибов, моркови и зеленого горошка с яйцом

150 г грибов, 1 яйцо, 60 г моркови, 70 г зеленого горошка, 60 г свежих огурцов, 40 г майонеза, 30 г соуса ремолад, зелень, специи.

Вареную морковь, вареные грибы и часть свежих огурцов нарезать кубиками, добавить зеленый горошек и заправить майонезом. Сверху

положить яйцо, сваренное «в мешочек», полить соусом ремолад, украсить оставшимися огурцами, паприкой, зеленью или листочками салата.

Салат из грибов, рыбы и картофеля

150 г отварного картофеля, 60 г рыбы в томатном соусе, 20 г сметаны, 15 г майонеза, лимонный сок, 20 г зеленого лука, соль, перец, зелень.

Грибы отварить и порезать. Мелко нарезанные картофель и рыбу смешать, добавить остальные компоненты и посыпать рубленой петрушкой.

Салат картофельный с грибами и яблоками

200 г отварного картофеля, 100 г грибов, 30 мл уксуса, 30 г лука, 50 г яблок, 15 г гусиного жира, соль.

Картофель нарезать кубиками. Уксус вскипятить с водой (1:1), положить в него очень мелко нарезанный лук и смешать с картофелем и яблоками, нарезанными кубиками. Грибы отварить и порезать. Все смешать. Полить разогретым гусиным жиром, посолить.

В салат можно добавить кусочки вареного или жареного гусиного мяса. Подать на стол теплым или холодным.

Салат из грибов и репчатого лука

2–3 луковицы, 100 г грибов, 2 яблока кислых сортов, 1 вареная картофелина, 50 г майонеза, соль, зелень.

Лук репчатый нарезать соломкой, посолить и слегка перетереть рукой. Грибы отварить и нарезать. Добавить очищенные и измельченные на крупной терке яблоки, грибы, размятую картофелину и мелко нарезанную зелень петрушки и укропа. Размешать, выложить горкой на тарелку и залить майонезом.

Салат из грибов, фасоли и зеленого салата

150 г грибов, 200 г фасоли, 300 г картофеля, 2 луковицы, 50 г зеленого лука, 50 г листьев салата, 100 г сметаны, соль, сахар, уксус, горчица, черный молотый перец.

Фасоль промыть, замочить в холодной воде на 12 часов, а затем отварить в этой же воде до мягкости. Картофель отварить в мундире, охладить, почистить и нарезать маленькими кусочками. Грибы отварить и нарезать. Подготовленные продукты смешать, добавить измельченный репчатый лук, сметану, перемешать, заправить солью, перцем, сахаром, уксусом, горчицей. Са-

лат выложить горкой в салатницу, посыпать мелко рубленным зеленым луком и украсить листьями салата.

Салат из грибов с зеленым салатом и яйцом

200 г грибов, 200 г листьев салата, 2 вареных яйца, сметана, сахар, лимонный сок, соль, зелень петрушки и укропа.

Грибы отварить и нарезать. Листья салата промыть, нарезать, заправить сметаной, рублеными яйцами, сахаром, солью, лимонным соком, перемешать и посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа. Смешать с грибами и подавать.

Салат из грибов, редьки и соленых огурцов

150 г грибов, 200 г редьки, 2 соленых огурца, 1 луковица, 3 столовые ложки сметаны или растительного масла, соль, зелень петрушки.

Редьку помыть, очистить, натереть на крупной терке, посолить. Соленые огурцы нарезать тонкими ломтиками. Лук репчатый измельчить. Грибы отварить и нарезать. Подготовленные продукты смешать, добавить сметану или растительное масло и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат картофельный с грибами

5 картофелин, 300 г соленых или маринованных грибов, 2–3 луковицы, 2 соленых огурца, 100 г квашеной капусты, сметаны или майонеза.

Картофель отварить до готовности. Картофель, соленые или маринованные грибы нарезать тонкими кусочками, репчатый лук нашинковать, добавить соленые огурцы, нарезанные ломтиками, и квашеную капусту, перемешать и заправить сметаной или майонезом.

Салат из грибов, куриного мяса и овощей

200 г грибов, 150 г вареного мяса, 150 г картофеля, 2 яйца, 100 г огурцов или помидоров, 50 г пареной моркови, маслины, 100 г майонеза или сметаны с майонезом, соль.

Грибы отварить. Курицу отварить до готовности. Мякоть жареной или отварной птицы, грибы и овощи нарезать мелкими ломтиками, все перемешать и заправить майонезом или майонезом со сметаной. Часть мякоти птицы, нарезанной тонкими продолговатыми кусочками, сваренные вкрутую рубленые яйца, маслины и зелень использовать для украшения готового салата.

Салат из грибов, зеленого салата и свежих огурцов

100 г грибов, 100 г зеленого салата, 150 г редиса, 100 г свежих огурцов, 50 г зеленого лука, 1 яйцо, 50 г сметаны, соль.

Грибы отварить и порезать. Салат крупно нарезать. Огурцы и редис нашинковать тонкими ломтиками, зеленый лук — кусочками в 1—1,5 см, перемешать и украсить разрезанным на четыре части яйцом, сваренным вкрутую. Смешать с грибами. При подаче салат заправить сметаной.

Салат из грибов, хрена и яблок

100 г грибов, 70 г яблок, 10 г хрена, 25 г сметаны, соль, сахар.

Хрен измельчить на мелкой терке, яблоки — на крупной. Грибы отварить и порезать. Все смешать. Полученную смесь выложить в салатницу, полить сметаной и приправить солью и сахаром. Украсить ломтиками яблок.

Салат из грибов и помидоров с горохом

200 г грибов, 300 г гороха, 2 луковицы, 3—4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые

ложки уксуса, 1 столовая ложка сахара, 1 вареное яйцо, 2 свежих помидора, зелень укропа и петрушки, соль

Горох замочить, отварить, смешать с измельченным репчатым луком, растительным маслом, уксусом, сахаром, перцем и солью. Грибы отварить и порезать. Салат выложить в салатницу, посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки, украсить дольками вареного яйца и кусочками помидоров.

Салат из грибов, картофеля, сладкого перца и копченой колбасы

150 г картофеля, 120 г грибов, 120 г мясного (свежего или консервированного) перца, 90 г моркови, 20 г зеленого горошка, 5 г зеленого лука, 25 г майонеза, 100 г копченой колбасы, соль

Вареные и очищенные картофель и морковь нарезать кубиками, добавить нарезанную кубиками колбасу, сладкий перец, зеленый лук, вареные грибы, зеленый горошек, посолить и заправить майонезом.

Салат из грибов, редиса и щавеля

200 г грибов, 600 г красного или 800 г белого редиса, 500 г щавеля, 250 г консервированного м-

леного горошка, 150 г зеленого лука, 3 яйца, 150 г сметаны, зелень.

Редис красный, очищенный от зелени, а белый — от кожицы, нарезать полукругом. Перебранный и вымытый щавель нашинковать, смешать с нарезанным редисом, зеленым луком, вареными грибами, зеленым горошком и частью порубленных яиц. Салат выложить горкой, полить сметаной, оформить кусочками яиц и зеленью.

Салат из грибов, редиса и огурцов

200 г грибов, 600 г красного или 800 г белого редиса, 300 г свежих огурцов, 150 г зеленого лука, 200 г сметаны или майонеза, зелень.

Огурцы, редис красный, очищенный от зелени, а белый от кожицы, нарезать дольками и смешать с мелко нарезанным зеленым луком и вареными грибами. Салат заправить майонезом или сметаной и оформить зеленью.

Салат из грибов, помидоров, огурцов и сладкого перца

200 г грибов, 300 г свежих помидоров, 300 г огурцов, 300 г сладкого перца, 150 г зеленого или репчатого лука, 200 г майонеза.

Помидоры и огурцы нарезать кружочками, репчатый лук — кольцами и не полукольцами, перец, вареные грибы и зеленый лук нашинковать. Подготовленные овощи уложить отдельными «бугорками» и полить майонезом.

Салат из грибов, помидоров, огурцов и капусты

200 г грибов, 300 г свежих помидоров, 200 г огурцов, 200 г сладкого перца, 120 г зеленого лука, 500 г капусты белокочанной свежей, 30 мл уксуса, 10 г сахара, 100 мл подсолнечного масла, черный молотый перец, зелень, соль

Помидоры и огурцы нарезать кружочками, сладкий перец, вареные грибы, лук и белокочанную капусту нашинковать. Капусту перетереть с солью, сок слить. Овощи, кроме помидоров, смешать, заправить уксусом, сахаром, подсолнечным маслом, добавить нарезанные помидоры, посыпать черным перцем. Перед тем, как подать на стол, салат оформить зеленью.

Салат из грибов и помидоров с бобовыми

200 г грибов, 500 г свежих помидоров, 100 г фасоли или 300 г консервированного горошка, 120 г

зеленого или репчатого лука, 2 яйца, 200 г сметаны или майонеза, зелень

Нарезанные кусочки помидоров смешать с вареными грибами, вареной фасолью и зеленым горошком, мелко нарезанным луком, рубленными яйцами, заправить сметаной и майонезом, майонезом со сметаной и оформить зеленью.

Салат из грибов, помидоров и яблок

200 г шампиньонов, 500 г [illegible] помидоров, 450 г яблок, 150 г листового салата или 120 г зеленого лука, 200 г майонеза.

Помидоры нарезать кусочками, очищенные и нарезанные кусочки яблок полить салатной заправкой, чтобы предохранить от потемнения, смешать с нарезанными помидорами, частью нарезанного салата или лука. Грибы отварить и нарезать. Все смешать. Перед подачей оформить листочками салата или посыпать нарезанной зеленью или репчатым луком.

Салат из грибов, баклажанов и помидоров

250 г грибов, 500 г баклажанов, 350 г помидоров, 120 г зеленого или репчатого лука, 200 г майонеза или сметаны, зелень.

Грибы отварить. Подготовленные баклажаны нарезать дольками, сварить, охладить, потом добавить нарезанные кусочки помидоров, нарезанный лук, перемешать с грибами, заправить салатной заправкой или майонезом, майонезом со сметаной или сметаной и оформить зеленью.

Салат из грибов, картофеля, свеклы, моркови и лука

250 г грибов, 300 г картофеля, 250 г свеклы, 250 г моркови, 200 г репчатого лука, 200 г майонеза, зелень.

Отварить овощи и грибы. Сваренный картофель, вареную морковь и свеклу очистить, нарезать мелкими кубиками, репчатый лук — кольцами или полукольцами. Овощи и грибы уложить «букетами», заправить майонезом и оформить зеленью.

Салат из грибов, белокочанной капусты и копченой колбасы

250 г грибов, 700 г свежей белокочанной капусты, 150 г копченой колбасы, 150 г консервированного зеленого горошка, 60 г зеленого или репчатого лука, 2 вареных яйца, 30 мл уксуса, 150 г

майонеза, 10 г сахара, черный молотый перец, лечо, соль.

Белокочанную капусту нашинковать, пропарить с уксусом, солью, охладить, заправить сахаром. Потом капусту смешать с частью колбасы, нарезанной мелкими кусочками, зеленым горошком, шинкованным луком и вареными грибами, заправить майонезом и перцем. Перед подачей салат оформить вареным яйцом, колбасой и зеленью.

Салат из грибов, краснокочанной капусты и яблок

300 г грибов, 750 г свежей краснокочанной капусты, 300 г яблок, 250 г репчатого лука, 200 г майонеза, зелень, соль.

Нашинкованную краснокочанную капусту перетереть с солью, сок слить. Потом смешать капусту с нашинкованными яблоками, вареными грибами, луком, полить салатной заправкой и оформить зеленью.

Салат из грибов, белокочанной капусты, помидоров и моркови

300 г грибов, 800 г свежей белокочанной капусты, 250 г помидоров, 125 г моркови, 120 г зелено-

го или репчатого лука, 200 г сметаны или майонеза, соль, зелень

Белокочанную капусту нашинковать, перетереть с солью, сок слить. Грибы отварить. Добавить нашинкованную морковь, лук и заправить сметаной и пассированной заправкой, или майонезом и тщательно перемешать со сметаной. Перед подачей оформить кружочками помидоров и порубленной зеленью.

Салат из грибов, белокочанной капусты, зеленого лука и яблок

300 г грибов, 600 г свежей белокочанной капусты, 200 г яблок, 100 г зеленого или репчатого лука, 30 мл уксуса, 20 г сахара, 150 г сметаны зелень, соль

Капусту нашинковать, перетереть с солью, сок слить. Яблоки с удаленной сердцевиной нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, чтобы не потемнели, смешать с капустой, нарезанным луком, вареными грибами, заправить сметаной, сахаром и оформить зеленью.

Салат из грибов, цветной капусты и бобовых

250 г грибов, 600 г цветной капусты, 100 г фасоли или 300 г консервированного горошка, 120 г

зеленого или репчатого лука, 200 г сметаны или майонеза, 2 яйца, зелень, соль

Разобранную цветную капусту отварить и охладить. Сварить фасоль до готовности. Грибы отварить. Капусту смешать с вареной фасолью или зеленым горошком, нарезанным луком, грибами, заправить сметаной или салатной заправкой, или майонезом, уложить горкой, посыпать растертым желтком сваренного вкрутую яйца и оформить рубленым белком яйца и зеленью.

Салат из грибов, соленых огурцов и квашеной капусты

300 г грибов, 400 г соленых огурцов, 600 г квашеной капусты, 100 г репчатого лука, 30 г сахара, 100 мл подсолнечного масла.

Соленые огурцы нарезать ломтиками, смешать с приготовленной квашеной капустой, шинкованным луком, нарезанными вареными грибами, заправить сахаром и подсолнечным маслом.

Салат из грибов, соленых огурцов, яблок и корня петрушки

200 г грибов, 300 г картофеля, 200 г моркови, 70 г корня петрушки, 150 г яблок, 150 г консервиро-

ванного горошка, 200 г соленых огурцов, 10 г сахара, 10 мл уксуса 9%-ного, 200 г майонеза, зелень

Соленые огурцы, свежие яблоки, вареный картофель и морковь очистить от кожуры. Корень петрушки очистить, нарезать мелкими кубиками и отварить. Картофель, вареные грибы, морковь, огурцы и яблоки нарезать мелкими кубиками, смешать с петрушкой, зеленым горошком, добавить сахар, уксус и часть майонеза, посолить и перемешать. При подаче салат оформить горкой и полить оставшимся майонезом.

Салат из свеклы с грибами

500 г свеклы, 150 г сушеных грибов, 100 г репчатого лука, 200 г майонеза, зелень

Вареную свеклу и грибы нашинковать, добавить нарезанный репчатый лук, смешать, заправить майонезом и оформить зеленью.

Салат из грибов, яблок, зеленого горошка и консервированной кукурузы

300 г грибов, 300 г яблок, 300 г консервированного горошка, 300 г консервированных кукурузных зерен, 150 г листьев салата, 100 г репчатого лука, 200 г майонеза

Очищенные и нарезанные кубиками яблоки полить салатной заправкой; смешать с зеленым горошком, зернами кукурузы, вареными грибами, нарезанным зеленым салатом и оформить кольцами репчатого лука.

Салат из грибов, картофеля и стручковой фасоли

300 г грибов, 550 г картофеля, 100 г свежей стручковой фасоли или 500 г консервированной, 120 г зеленого или репчатого лука, 200 г майонеза, зелень.

Сваренный картофель нарезать ломтиками, свежую вареную фасоль или консервированную фасоль – кусочками, лук и вареные грибы нашинковать. Все смешать, полить майонезом, майонезом со сметаной или сметаной и оформить зеленью.

Салат из квашеной капусты и грибов

700 г квашеной капусты, 400 г соленых или маринованных грибов, 100 г репчатого лука, 100 мл подсолнечного масла.

Приготовленную капусту смешать с нарезанными солеными или маринованными грибами, нашинкованным репчатым луком и заправить подсолнечным маслом.

БУТЕРБРОДЫ

Бутерброды с яичницей

8 яиц, 2 столовые ложки растопленного масла сливочного, соль, перец и зелень петрушки, 300 г хлеба

Сковороду со сливочным маслом поставить на огонь, нагреть, вылить в нее сырые яйца, добавить соль и горький молотый перец. На умеренном огне жарить до побеления белков и свертывания желтков. Готовую яичницу охладить и нарезать по форме кусочков пшеничного хлеба или батона, смазанных сливочным маслом. На них положить порции яичницы и посыпать рубленной зеленью.

Бутерброды с кабачковой икрой и маслом

3–4 ломтика ржаного хлеба, 1½ столовой ложки сливочного масла, 3 столовые ложки кабачковой икры, 1 столовая ложка зеленого лука.

Ломтики хлеба намазать маслом, сверху выложить горкой кабачковую икру, посыпать рубленым зеленым луком.

Бутерброды с омлетом

1-й вариант. *8 яиц, 4 столовые ложки молока, 1–2 столовые ложки растопленного сливочного масла, соль и перец по вкусу, 300 г хлеба.*

В миску выпустить сырые яйца, взбить молоком, добавить соль, горький молотый перец, мелко нарезанную зелень укропа и петрушки и хорошо взболтать венчиком.

Сковороду со сливочным маслом поставить на огонь, нагреть, влить подготовленную яичную массу, поджарить на умеренном огне, затем поместить в духовой шкаф и прогреть до полного загустения. Подготовленный хлеб нарезать по форме кусочков поджаренного хлебного батона, смазанных сливочным маслом. Сверху положить порции омлета.

2-й вариант. *8 яиц, 100 г полукопченой колбасы, 4 столовые ложки молока, 2 столовые ложки сливочного масла, 300 г хлеба.*

На сковороду с разогретым маслом положить нарезанную на порции колбасу, влить взбитую яичную массу и жарить на умеренном огне. Затем поместить в духовой шкаф и прогреть до полного загустения. Хлеб смазать сливочным маслом, сверху положить порции омлета.

Бутерброды с печеными шампиньонами

300 г хлеба, 250 г шампиньонов, 75 г сливочного масла, соль.

Шампиньоны перебрать и хорошо промыть. Ножки удалить, а шляпки посолить и испечь. Затем мелко нарезать и растолочь в ступке. Сливочное масло предварительно размять, смешать с грибами и взбить. Полученную массу намазать на ломтики хлеба, украсить дольками маслин, ломтиками лимона.

Бутерброды с помидорами

300 г хлеба, 100 г сливочного масла, 250 г свежих помидоров, 80 г брынзы, соль

Крепкие мясистые красные помидоры вымыть, снять с них кожицу, удалить семена и нарезать ломтиками.

Уложить их на хлеб, намазанный маслом, посолить и посыпать натертой брынзой.

Бутерброды с чесночно-ореховой пастой

300 г хлеба, 1 головка чеснока, 1 стакан ядер грецких орехов, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 1 чайная ложка лимонного сока, соль.

Чеснок очистить и растолочь. Смешать с толченными ядрами грецких орехов. Затем, помешивая, добавить постепенно подсолнечное масло, соль и лимонный сок. Полученную смесь хорошо размешать и намазать на ломтики хлеба.

Бутерброды с маслинами

300 г хлеба, 100 г маслин, 70 г репчатого лука, 1 яйцо, 1 столовая ложка подсолнечного масла, перец.

Маслины хорошо размять, предварительно удалив косточки. Добавить мелко нарезанные репчатый лук и вареное яйцо, подсолнечное масло, черный молотый перец, размешать и намазать на ломтики хлеба.

Бутерброды с сельдью

200 г ржаного хлеба, 1 столовая ложка рубленой зелени (петрушка, укроп), 50 г сливочного масла, ½ ломтика филе сельди, лимонная кислота, соль.

Ломтики хлеба намазать зеленым маслом, сверху положить ломтики сельди, посыпать рубленым зеленым луком или украсить кольцами репчатого лука. Для зеленого масла промытые

холодной водой листья зелени ошпарить кипятком, быстро охладить, подсушить, мелко нарубить, растереть с солью, лимонной кислотой и смешать с размягченным маслом.

Бутерброды с брынзой и перцем

300 г хлеба, ½ стакана измельченной брынзы, ½ стакана мягкого сливочного масла, 2 стручка сладкого перца

Брынзу смешать с маслом, добавить мелко нарезанные стручки перца. Все перемешать и намазать на ломтики хлеба, украсить кружочками красного перца.

Бутерброды со студнем

200 г ржаного хлеба, 50 г сливочного масла, 150 г студня, 2 помидора, горчица.

Ломтики хлеба намазать маслом. Сверху уложить тонкий ломтик студня, смазанный горчицей. Украсить ломтиками помидоров.

Бутерброды с вареными грибами

300 г хлеба, 300 г грибов, ½ банки майонеза, соль, зелень петрушки.

Грибы почистить, помыть, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, мелко нарезать и смешать с майонезом. Полученной смесью намазать ломтики хлеба и украсить зеленью петрушки.

Бутерброды с килькой

200 г ржаного хлеба, 50 г сливочного масла, 1 чайная ложка рубленого зеленого лука, 8–10 килек

Ломтики хлеба намазать сливочным маслом, сверху положить очищенные кильки, посыпать рубленым зеленым луком

Бутерброды с копченой рыбой

200 г ржаного или пшеничного хлеба, 4 столовые ложки майонеза, 150 г копченой рыбы, 1 огурец, зелень укропа и петрушки

Ломтики хлеба покрыть толстым слоем майонеза. Сверху положить кусочки очищенной копченой рыбы, ломтики огурца, украсить зеленью.

Бутерброды с луком и помидорами

200 г ржаного или пшеничного хлеба, 4 столовые ложки майонеза или сметаны, 2 луковицы, 2 помидора, соль, перец, зеленый лук.

Ломтики хлеба смазать майонезом или сметаной, сверху уложить вперемежку тонкие ломтики помидора и огурца. Посыпать специями и зеленью.

Бутерброды со шпиком

200 г ржаного хлеба, 50 г горчичного масла, 100 г шпика, 2 [illegible] тертого хрена, зелень

Ломтики хлеба смазать горчичным маслом, сверху положить [illegible] ломтики шпика и тертый хрен. Украсить [illegible]

Бутерброды с яйцом

200 г белого хлеба, 4 чайные ложки майонеза, 2 вареных яйца, соль, зеленый лук или укроп.

Ломтики хлеба смазать майонезом, сверху положить ломтики яйца, посолить и посыпать рубленым зеленым луком или укропом.

Бутерброды с паштетом из маслин и огурцом

200 г пшеничного хлеба, 12 маслин, 30 г сливочного масла, 1 чайная ложка нарезанного зеленого лука, перец, соленый огурец.

Маслины без косточек протереть через сито, добавить размягченное сливочное масло, лук, не-

рец. Полученную смесь взбить деревянной лопаткой и намазать на ломтики пшеничного хлеба. Сверху украсить ломтиками соленого огурца.

Бутерброды с огурцом

200 г ржаного или пшеничного хлеба, 30 г томатного масла, 1 свежий огурец, 1 чайная ложка рубленого укропа.

Ломтики хлеба смазать томатным маслом, сверху уложить ломтики огурца. Посолить и посыпать рубленым укропом.

Бутерброды с колбасой

200 г ржаного или пшеничного хлеба, 100 г сливочного масла, 100 г вареной колбасы, ¼ соленого огурца, ¼ свежего помидора.

Ломтики хлеба смазать маслом, уложить ломтики колбасы, украсить ломтиками огурца и помидора.

Бутерброды с жареным мясом

200 г ржаного или пшеничного хлеба, 40 г горчичного или зеленого масла, 2–3 кусочка жареной свинины, зелень петрушки, 1 чайная ложка натертого хрена.

Ломтики хлеба смазать горчичным маслом (или зеленым), сверху положить кусочек свинины, рядом — натертый хрен, украсить листиками петрушки.

Бутерброды с сыром

200 г ржаного или пшеничного хлеба, 100 г сыра, 30 г сливочного масла, 1 помидор или 1 сладкий перец.

Ломтики хлеба смазать маслом, сверху уложить ломтики сыра. Украсить ломтиками помидора или полосками сладкого перца.

Бутерброды с вареной рыбой

2 кусочка слегка черствого хлеба, 1 кусочек вареной рыбы (около 50 г), очищенной от кожи и костей, 1 столовая ложка майонеза, несколько капель лимонного сока, 1 щепотка черного перца, 4 маринованных гриба, 1 маленький соленый огурец, 2 маслины.

Хорошо отцеженную отварную рыбу подробить. Смешать с майонезом, разведенным лимонным соком и посыпанным черным перцем и мелко нарезанными солеными огурцами и грибами. Смесь нанести на хлебные ломтики и ка-

жный бутерброд украсить очищенными от кос-
точек маслинами.

Бутерброды с анчоусами

*1 столовая ложка томатного пюре («потенци-
ца»), 4 кусочка филе анчоусов, 1 столовая ложка
натертой брынзы, 6 тонких долек лука, 2 масли-
ны без косточек, 2 ломтика хлеба (тонко нарез-
анных и без корки).*

На тонкие ломтики хлеба нанести тонким сло-
ем томатное пюре («потенция»), смешанное с
брынзой. Сверху разложить дольки лука.

Филе анчоусов придать форму уточки и уло-
жить симметрично на обоих концах ломтика хле-
ба, а между ними положить маслины

Бутерброды с копченой рыбой и творогом

*300 г хлеба, 200 г рыбы, 80—100 г творога, 2 сто-
ловые ложки майонеза, ½ стакана измельченно-
го сельдерея, горчица, зелень, соль.*

Рыбу очистить, удалить кости, мякоть из-
мельчить, смешать с творогом, майонезом, мел-
ко нарубленным сельдереем, приправить солью
и горчицей. Полученную массу намазать на ломт-
тики хлеба и украсить их зеленью.

Бутерброды с копченой рыбой

2 ломтика среза черствого белого хлеба, 1 столовая ложка майонеза, 1/2 чайной ложки лимонного сока, 1 кусочек копченой рыбы (около 50 г), очищенной от кожи и костей, 4 дольки свежего помидора, 5–6 веточек петрушки.

Майонез, разведенный лимонным соком, нанести на хлеб, покрыть нарезанной кубиками рыбой и украсить дольками помидора, каждый бутерброд посолить и украсить листочками петрушки

Бутерброды с икрой минтая (трески)

2 ломтика белого хлеба, 2 столовые ложки взбитой икры минтая (трески), 10 мелко нарезанных маслин без косточек, несколько кусочков консервированной печени трески.

Хлеб намазать икрой, а сверху разложить нарезанные маслины и кусочки печени.

Бутерброды с черной икрой

2 чайные ложки сливочного масла, взбитого с несколькими каплями лимонного сока и щепоткой соли, 1 чайная ложка черной икры, 2 тонко нарезанных кусочка белого хлеба (без корки).

Хлеб намазать маслом и на середину осторожно избегая деформирования зерен, положить икру, оформив ее в виде виноградной кисти.

Бутерброды с овечьим сыром

50 г сливочного масла, 100 г овечьего сыра, щепотка тмина, 1 чайная ложка молотого красного перца, зеленый лук, 1–2 чайные ложки сметаны, горчица, хлеб, соль

Сливочное масло тщательно растереть с овечьим сыром, горчицей, тмином, молотым красным перцем, солью, мелко нарезанным зеленым луком и сметаной. Полученной массой обильно намазать ломтики хлеба горкой, и сверху украсить сливочным маслом с помощью кондитерского мешка.

Бутерброды с зеленой фасолью в стручках

100 г фасоли в стручках, 1 яйцо, 100 мл растительного масла, щепотка соли, горчица, сахар, немного лимонного сока, хлеб.

Стручки фасоли сварить в слабосоленой воде, откинуть на дуршлаг и нарезать ромбиками. Яичный желток растереть с растительным маслом и ⅓ часть массы отложить. Из ⅓ части яич-

ной массы с горчицей, солью, сахаром и лимонным соком приготовить майонез и смешать его с нарезанной фасолью.

Ломтики хлеба намазать тонким слоем яичной массы, сверху красиво разложить фасоль и украсить бутерброд с помощью кондитерского мешка оставшейся яичной массой.

Бутерброды с ветчинной массой

150 г ветчины, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки сметаны, хлеб.

Вареную копченую ветчину пропустить 4 раза через мясорубку и перемешать с маслом и сметаной. Ломтики хлеба намазать толстым слоем ветчинной массы, а поверхность украсить маслом (выдавить из кондитерского мешка разные фигуры).

Бутерброды с яичным паштетом

2 яйца, 50 г сливочного масла, горчица, соль, зеленый лук, хлеб.

Сваренные вкрутую яйца разрезать на две половинки, вынуть желток и растереть его с маслом до получения пенообразной массы. Белок мелко посечь, посолить, размешать с небольшим

количеством горчицы и желтком. Паштет выложить в форме выпуклого овала на середину ломтика хлеба, а вокруг посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Бутерброды с брынзой

½ ломтика хлеба, 1 чайная ложка пасты из брынзы, 1 ломтик плавленого или копченого сыра, чабер или красный перец.

На ломтик хлеба нанести тонкий слой пасты. Сверху положить ломтики плавленого или копченого сыра и посыпать чабером или красным перцем.

Бутерброды с рыбными консервами

1 банка консервов, 3 столовые ложки сливочного масла, по 1 столовой ложке рубленой зелени петрушки и зеленого лука, 1 огурец, хлеб.

Белый хлеб нарезать ломтиками любой формы. Смазать их сливочным маслом и уложить на них тушки или кусочки консервированной рыбы. Если тушки или куски рыбы крупные, то разделить их пополам в длину, удалить хребет. Гарнировать бутерброды кружочком яйца, сваренного вкрутую, рубленой зеленью петрушки и

зеленым луком, а при желании — и свежим огурцом (кружочком или ломтиком). Яйцо для гарнира можно использовать следующим образом: с одного конца посыпать бутерброд протертым сквозь сито желтком, а с другого - белком, тоже протертым сквозь сито.

Бутерброды с сардинами

1 банка консервов, сливочное масло, хлеб, ½ лимона, 1 помидор, перец, зеленый салат.

Хлеб поджарить в сливочном масле, положить на него сардины, украсить ломтиками лимона, дольками помидора и веточками петрушки. Рядом с бутербродами положить на блюдо листья зеленого салата.

Бутерброды по-испански

3 свежие несладкие булочки (по 100–150 г), 100 г майонеза, 100 г твердого сыра, 100 г колбасы, 30 мл растительного масла, перец, корица по вкусу, 2 бутона гвоздики.

Булочки разрезать пополам, намазать их майонезом, сверху положить ломтики твердого сыра и колбасы. Гвоздику измельчить в ступке, смешать с корицей, солью, перцем и тертым твер-

дым сыром (можно добавить и другую пряную зелень: базилик, эстрагон и т. п.). Этой зеленью посыпать бутерброды и запечь их в жарочном шкафу при температуре 180 °С.

Бутерброды с кетчупом

На 200 г ржаного и белого хлеба, 60 г сливочного масла, 60 г репчатого лука, 80 г помидоров, 50 г кетчупа, готовая горчица, зелень петрушки, соль.

Во взбитое масло добавить натертый на мелкой терке лук, кетчуп и взбить до получения легкой пены. Затем намазать массу на ломти ржаного хлеба, придавить сверху белым хлебом. Украсить бутерброды кружочками помидора и зеленью петрушки, капельками горчицы.

Бутерброды с белыми грибами

200 г хлеба, 20 г сушеных грибов, 35 г майонеза, зелень, соль.

Предварительно замоченные сушеные белые грибы отварить до готовности, сцедить бульон. Грибы мелко нарезать, посолить по вкусу, смешать с майонезом. Этой массой намазать ломтики хлеба, посыпать измельченной зеленью.

Бутерброды с салом

200 г ржаного хлеба, 30 г сала, 50 г репчатого лука, зеленый лук

Сало нарезать мелкими кусочками, вытопить жир, поджарить в нем репчатый лук. Жир слить, охладить и намазать им ломтики хлеба. Сверху посыпать измельченным зеленым и жареным репчатым луком.

Бутерброды с творогом и чесноком

400 г хлеба, 50 г сливочного масла, 100 г творога, шпроты, ½ лимона, 3 зубка чеснока, черный молотый перец, соль.

Творог растереть с маслом до получения однородной массы, добавить измельченные шпроты, размешать, заправить перцем, лимонной цедрой и лимонным соком, рубленым чесноком солью. Из хлеба и полученной массы приготовить бутерброды.

Бутерброды из фаршированного хлеба

1 длинный батон или кирпичик хлеба, 4 столовые ложки начинки или паштета на выбор, 3 столовые ложки сметаны (можно и подсоленной воды), 2 столовые ложки подсоленного и

взбитого сливочного масла, приправы по вкусу; для гарнирования – соленые огурцы, сваренные вкрутую яйца, маринованные грибы, маслины

Батон или кирпичик хлеба разрезать вдоль на две половины. Одну половину нарезать тонкими ломтиками, каждый из которых намазать тонким слоем сливочного масла, а другую половину выдолбить, вынув мякиш. Часть мякиша смочить сметаной (или подсоленной водой), смешать с выбранной начинкой или паштетом, посолить по вкусу и поперчить. Наполнить полученной смесью или паштетом выдолбленную половину хлеба и поместить в холодильник для затвердевания, затем нарезать тонким ножом на столько ломтиков, сколько ломтиков намазано маслом. Ломтики соединить один с другим так, чтобы сверху оказался ломтик с начинкой. Перед подачей на стол бутерброды украсить дольками соленых огурцов, грибами, маслинами и дольками сваренных вкрутую яиц.

Торт бутербродный с селедочным маслом

500 г ржаного хлеба, 1 свежий огурец или 100 г кукурузных хлопьев.

Для начинки: *150 г сливочного масла, ½ сельди, 1 чайная ложка горчицы.*

Круглый хлеб зачистить от корки и разрезать на лепешки толщиной 1 -2 см. Каждую намазать селедочным маслом и уложить одна на другую. Верхнюю лепешку можно украсить свежими огурцами или, намазав сливочным маслом, посыпать кукурузными хлопьями.

Торт бутербродный с сельдью и грибами

200 г пшеничного белого и 200 г пшеничного черного хлеба, 200 г сельди, 200 г сливочного масла (из них 50 г на украшение), 5 средних сушеных грибов, 1 средний помидор, 1 яйцо, 1 столовая ложка мелкорубленой зелени лука, петрушки, укропа.

Вымоченную сельдь разделать на филе, нарезать мелкими кусочками (часть их оставить на украшение), добавить мелко нарезанные вареные, а затем слегка поджаренные и охлажденные грибы, сливочное масло; все хорошо смешать. На смазанный селедочной массой ломтик хлеба положить другой, также смазанный селедочной массой.

Так повторить еще и еще раз, чередуя ломтики пшеничного и ржаного хлеба. Верхний ломтик не смазывать. Положить на торт легкий пресс и поставить в холодильник. Охлажденный торт

обровнять с боков, смазать сливочным маслом и обсыпать рубленым яйцами. Сверху разместить филе сельди, кусочки сливочного масла, дольку яйца, ломтик помидора, зелень лука, укропа, петрушки.

Торт бутербродный с паштетом

200 г пшеничного хлеба, 150 г печеночного паштета (или любой колбасы), 100 г сливочного масла, 1 столовая ложка мелко рубленой зелени (петрушка, лук или укроп), 1 лимон, 100 г голландского сыра

Ломтики пшеничного хлеба смазать сливочным маслом, положить на них слой паштета. Бутерброд можно приготовить с тремя слоями паштета. Верхний ломтик хлеба не смазывать. На торт положить легкий пресс и поставить в холодильник. Края охлажденного бутерброда смазать сливочным маслом и посыпать рубленой зеленью. Сверху положить сыр и ломтик лимона.

Торт бутербродный с творогом и окороком

200 г пшеничного хлеба, 150 г творога, 100 г сливочного масла, 50 г вареного окорока, 1 столовая ложка мелко нарезанной зелени петрушки, ук-

рона или лука, 3 крупные редиски или 2 среднего размера помидора, соль.

Ломтики пшеничного хлеба смазать массой из творога, сливочного масла и мелко нарезанного вареного окорока, соединить их, бока смазать сливочным маслом и обсыпать протертым через сито творогом, смешанным со сливочным маслом и солью. Украсить зеленью, ломтиками редиса или помидора

Торт бутербродный с сыром и ветчиной

200 г хлебного мякиша, 50 г сливочного масла, 50 г ветчины, 1 яйцо, ½ стакана тертого сыра
Для оформления: *1 столовая ложка сливочного сыра (можно 1 столовую ложку сливочного масла растереть с 1 столовой ложкой плавленого сыра), 1 средний огурец, 1 яйцо, 30 г лососины.*

Срезать корку с круглого ржаного или пшеничного хлеба. Разрезать оставшуюся форму хлеба (горизонтально) на 4 лепешки. Смешать сливочное масло, мелко нарезанную ветчину с мелкорубленым крутым яйцом и тертым сыром. Намазать этой смесью лепешки хлеба и положить их одну на другую в виде торта. Сверху и с боков смазать сливочным сыром, посыпать мел-

ко нарезанным огурцом, рубленым яйцом и украсить ломтиками или полосками лососины. Нарезать в виде торта.

Торт бутербродный с сыром, ветчиной и курицей

200 г пшеничного хлеба, 100 г сливочного масла, 1 чайная ложка горчицы, 100 г отварной курицы, 100 г сыра, 100 г ветчины

Пшеничный хлеб нарезать тонкими ломтями. Намазать ломоть маслом, смешанным с горчицей, сверху положить мясо. Нарезанное мясо вареной курицы и прикрыть таким же ломтем с маслом. На этот бутерброд положить ломтик сыра, затем – снова ломоть хлеба с маслом и с ветчиной и т. д. Сделать 6 таких слоев, придавить сверху чем-нибудь тяжелым и поставить на холод. Перед подачей к столу торт разрезать.

Торт бутербродный с сырной массой

200 г пшеничного хлеба, 100 г плавленого сыра, 50 г сливочного масла.

Плавленый сыр растереть с маслом до получения однородной массы. Ломтики пшеничного

хлеба переложить сырной массой толщиной 1 см, соединив их. Аккуратно прижать сверху, обровнять края, завернуть в пергамент, положить в холодильник. Перед подачей на стол нарезать поперек ломтиками толщиной 1 см и уложить на блюдо.

Торт бутербродный фигурный с сыром, ветчиной, паштетом

200 г мякиша (круглого пшеничного хлеба), 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка хрена со сметаной, 1 яйцо, 50 г ветчины, 3 столовые ложки тертого сыра типа швейцарского, 100 г паштета из домашней птицы, 3 столовые ложки смеси майонеза с горчицей (смесь составить по вкусу), 2 небольших твердых помидора, 1 среднего размера огурец, 1 столовая ложка мелко нарезанного зеленого лука или зелени петрушки.

Из круглого хлеба острым ножом вырезать круг мякиша толщиной 1,5–2 см. Намазать его маслом, обровнять края. Кончиком ножа начертить 5 кругов, начиная с центра до края. Самый маленький, центральный, круг посыпать мелко нарезанным зеленым луком или зеленью петрушки. Следующий круг намазать хреном со сметаной и мелкорубленым яйцом. В третий

круг уложить массу из мелких кусочков ветчины. В четвертый круг положить массу из тертого сыра. Последний круг заполнить паштетом. По краям кругов, выложенных различными массами, сделать ободок из густого майонеза.

Края торта украсить кружочками небольших твердых помидоров и огурцов, поставить торт в холодное место. Перед подачей на стол торт нарезать на порции.

Торт бутербродный «Смесь»

200 г пшеничного батона, 10 г ветчины, 50 г копченого языка, 50 г колбасы, 50 г бараньего жира, 3 шпроты, 50 г голландского сыра, 50 г сливочного масла, 1 яйцо

Пшеничный батон разрезать вдоль на две части и деревянной ложкой вынуть мякиш, оставив подкровный слой толщиной с мизинец. Мякиш натереть на терке.

Все продукты (кроме сливочного масла) вместе с тертым мякишем пропустить через мясорубку, смешать со сливочным маслом и этой массой начинить половинки батона. Подготовленный таким образом батон завернуть в плотную бумагу и поставить в холодное место. Перед употреблением нарезать тонкими ломтиками.

Торт бутербродный «Пицца»

200 г муки, 2–3 столовые ложки растительного масла, ½ стакана свежего молока, 15 г дрожжей, 1 чайная ложка соли, 200 г накрошенной брынзы или сладкого творога, 0,5 кг зрелых помидоров (или 3 столовые ложки томата-пюре, смешанного с небольшим количеством накрошенного белого хлеба или толченых сухарей), 10–12 филе анчоусов, 1 головка репчатого лука, очищенные от косточек маслины, черный и красный перец

Из муки, соли, растительного масла, молока и дрожжей замесить редкое тесто и оставить до подхода приблизительно на 1 ч. От подошедшего теста отделить ¼, а остальное разостлать равномерно на смазанном растительным маслом противне. Из отделенного теста сделать ободок, которым оградить разостланное тесто. Все тесто смазать растительным маслом и посыпать раскрошенной брынзой. Сверху уложить дольки помидоров, на которые выложить нарезанный соломкой лук, а сверху — филе рыбы. Все это посолить и посыпать черным и красным перцем. Торт поместить в духовку для выпечки в течение приблизительно 25 мин. Готовый торт посыпать нарезанными маслинами. Подать с зеленым салатом.

Торт бутербродный с паштетом и черносливом

250 г ржаного хлеба, 250 г пшеничного хлеба, 100 г зеленого или томатного масла, 250 г паштета, чернослив, маринованные фрукты, зелень петрушки.

Черный и белый хлеб очистить от корки, разрезать каждый на два ломтика одинаковой формы и размера, покрыть зеленым и томатным маслом, сверху уложить слой паштета и сложить вместе намазанными сторонами. Бока и сверху торт намазать паштетом, томатным маслом, украсить черносливом, маринованными фруктами и зеленью.

Торт бутербродный с творогом

250 г ржаного хлеба, 250 г пшеничного хлеба.
Для начинки: *1 стакан творога, 2 сырых желтка, 2 столовые ложки сахара.*

Пшеничный и ржаной хлеб зачистить от корки и нарезать на лепешки, уложить их одна на другую, предварительно намазав каждую массой из хорошо взбитого творога, желтков, сахара. Поставить на холод под легким прессом. Украсить начинкой.

Торт бутербродный с копченой рыбой и грибами

250 г пшеничного хлеба, 250 г ржаного хлеба, 200 г копченой рыбы (филе), 200 г сливочного масла, 5–8 сушеных грибов, 2 вареных яйца, 1 свежий огурец, зелень укропа и петрушки.

Ржаной и пшеничный хлеб очистить от корки и разрезать каждый на два ломтика. Копченую рыбу без кожи и костей нарезать мелкими кусочками (оставить часть для украшения), добавить мелко нарезанные вареные, поджаренные и охлажденные грибы, сливочное масло. Массу вымешать и намазать ею подготовленные ломтики хлеба. Уложить их друг на друга и под легким прессом поставить в холодильник на 2–3 ч.

После охлаждения торт с боков смазать сливочным маслом, обсыпать рубленым яйцом. Сверху украсить кусочками рыбы, маленькими грибами, розочками из сливочного масла, ромашками из вареного яйца, ломтиками свежего огурца, зеленью укропа и петрушки.

Если торт разрезать на одинаковые квадратные бутерброды, то его можно оформить в виде шахматной доски, повернув бутерброды в шахматном порядке разными сторонами, чередуя черный и белый хлеб.

Торт бутербродный с овощами

500 г пшеничного или ржаного хлеба, 50 г сливочного масла, 1 плавленый острый сырок, 1 свежий помидор, 50 г ветчины.

Для начинки из маслин: 1 яйцо сваренное рубленое, 8 маслин рубленых, 1 чайная ложка горчицы, 1 столовая ложка майонеза, соль.

Для начинки из моркови и капусты: 1 тертая морковь, 100 г шинкованной капусты, 1 столовая ложка майонеза

Хлеб круглый очищенный корки срезать нарезать на 5 лепешек толщиной 1–2 см

Приготовить начинки для чего смешать указанные для каждой из них продукты

Нижнюю лепешку намазать тонким слоем сливочного масла и посыпать половиной порции тертого сыра. На нее уложить вторую лепешку, намазать маслом и уложить половину ветчины, нарезанной ломтиками, на третью — начинку из маслин и яйца, на четвертую — начинку из моркови и капусты.

Пятую (верхнюю) лепешку намазать маслом и выложить на нее оставшуюся ветчину, посыпать второй половиной порции сыра и украсить нарезанными помидорами. Бока торта также намазать маслом и посыпать сыром.

Торт бутербродный с сыром, ветчиной и маслинами

500 г пшеничного или ржаного хлеба, 300 г сырного масла, 150 г ветчины, 2 яйца, 1 свежий огурец, зелень петрушки, маслины без косточек

Хлеб очистить от корки и разрезать на 4 ломтя. Смешать сырное масло с мелко нарезанной ветчиной, мелконарубленным вкрутую сваренным яйцом, мелкорубленными маслинами. Этой смесью намазать ломти и сложить их друг на друга, сверху и с боков смазать сырным маслом, посыпать мелко нарезанным огурцом, рубленым яйцом и украсить ломтиками ветчины, зеленью петрушки.

Торт можно составить из отдельных слоеных бутербродов, уложенных на блюде и соответствующим образом оформленных.

Торт бутербродный с сырным маслом

500 г пшеничного хлеба, 400 г сырного масла, редис или 1 помидор.

Хлеб очистить от корки и разрезать на 4 ломтя. Намазать сырным маслом и сложить. Получившийся торт с боков также покрыть сырным маслом, а сверху в виде сеточки выжать это мас-

ло из кондитерского мешка. В квадратики сеточки уложить ломтики редиса или помидора.

Торт бутербродный с твердым сыром и окороком

500 г пшеничного хлеба, 200 г твердого сыра, 150 г сливочного масла, 100 г окорока, зелень, редис, 1 помидор.

Хлеб очистить от корки и разрезать на несколько тонких ломтиков. Намазать каждый из них массой из твердого сыра, сливочного масла и мелко нарезанного вареного окорока. Уложить подготовленные ломтики друг на друга в виде торта, бока смазать сливочным маслом и обсыпать протертым через сито сыром. После охлаждения торт украсить зеленью, ломтиками окорока, редиса, помидора.

Торт бутербродный с сырным или ветчинным маслом

500 г ржаного хлеба, 250 г ветчинного масла, 4–6 ломтиков ветчины, 150 г сырного масла, помидоры или красный сладкий перец, укроп или листья петрушки, маринованные ягоды, редис.

Хлеб очистить от корки, разрезать на 4 ломтя, намазать их ветчинным маслом и сложить

друг на друга. С боков и сверху намазать сырным маслом, а по краям – оставшимся ветчинным. Сверху украсить свернутыми в трубочки ломтиками ветчины, ломтиками помидора или перца, укропом и петрушкой, маринованными ягодами, красиво разрезанным редисом.

Торт можно составить из маленьких двухслойных бутербродов, уложенных на блюде и соответствующим образом оформленных.

Торт бутербродный с сельдью и яйцом

1 большой ломоть черного хлеба (100 г), 30 г горчичного, томатного или хренового масла, ½ сельди, 1–2 яйца, 1 помидор или небольшой огурец, 1 столовая ложка густой сметаны, 1 столовая ложка рубленого зеленого лука.

Хлеб намазать маслом, сельдь очистить и нарезать длинными полосами, желток и белок сваренного вкрутую яйца порубить отдельно. Помидор или огурец и зеленый лук измельчить острым ножом. Продукты уложить длинными разноцветными полосами, причем полоску сметаны лучше положить рядом с полоской сельди.

Готовый большой бутерброд разрезать на квадратики.

Торт бутербродный с ветчиной и яйцом

1 большой ломоть черного хлеба (100 г), 30 г горчичного, томатного или зеленого масла, 50 г ветчины, 1–2 яйца, 1 соленый огурец, 1 столовая ложка тертого хрена со сметаной

Ломоть хлеба намазать толстым слоем масла. Яичный белок и желток порубить отдельно. Мелко порубленные продукты уложить на хлеб полосами – желтыми, белыми, красными зелеными (белок, желток, ветчина, огурец, хрен с горчицей). Можно и в другой последовательности, кому как нравится.

Готовый большой бутерброд разрезать на ромбы или треугольники.

Торт бутербродный с сухим вином

250 г ржаного хлеба, 250 г белого хлеба, 100 г масла сливочного (томатного или зеленого), 250 г паштета печеночного или из птицы, 25 г сухого вина, фрукты маринованные, курага, ½ лимона.

Большие тонкие ломти хлеба намазать маслом, паштетом, растертым с сухим вином, и соединить смазанными сторонами. Сверху нанести на торт паштет, украсить размоченной в теплой воде курагой, маринованными фруктами и дольками лимона.

Бутерброды с творогом, вареньем и орехами

200 г пшеничного хлеба или печенья, 1 стакан творога, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки варенья, 1 стакан орехов.

На ломтики пшеничного хлеба или печенье уложить слоями творог так, чтобы в середине оставалось углубление, которое заполняют вареньем и орехами.

Бутерброды «Петритенок»

2 ломтя белого хлеба или сдобное печенье, 40 г шоколадного масла или 35 г сливочного масла и 1 чайная ложка сахарной пудры и немного – для цвета – какао-порошка, 1–2 чайные ложки молока, 2 ломтика яблока из компота, 1 чайная ложка сладкой творожной массы или взбитых сливок, 2 ягодки рябины или клюквы.

Шоколадное масло (или сливочное масло с сахарной пудрой и какао) растереть, добавить туда теплое молоко и толстым слоем намазать на хлеб или печенье.

Сверху положить тоненький ломтик яблока, на него — половину чайной ложки творога или взбитых сливок, а сверху – целую ягоду.

Будет красиво, если начинку положить на бутерброд свободно, горкой, поэтому ничего не нуж-

но принимать или приглашать. Есть такой бутерброд нужно десертной вилкой или ложкой. Между прочим, печенье или хлеб можно предварительно смочить в сладком сиропе от компота или просто в молоке или воде с сахаром, но следите, чтобы в результате бутерброды не развалились.

Двойные бутерброды из печенья с джемом

100 г печенья, 2 столовые ложки [illegible], 1 столовая ложка очищенных орехов, 1 столовая ложка взбитых сливок или творожной массы

Между двумя печеньями положить толстый слой джема. В джем можно добавить толченые орехи или крошки печенья.

Уложить на блюдо и украсить взбитыми сливками или творожной массой.

Бутерброды с шоколадным маслом

200 г ржаного хлеба или печенья, 100 г шоколадного масла, ягоды земляники, малины или крыжовника.

Ломтики хлеба или печенье покрыть тонким слоем шоколадного масла. Украсить ягодой земляники, малины или крыжовника.

Бутерброды с фруктами

200 г пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 1 стакан свежих фруктов или из компота (дольки), 2 столовые ложки толченых орехов.

Ломтики хлеба подсушить, намазать сливочным маслом. Сверху уложить дольки сваренных в сахарном сиропе яблок, груш или персиков. Посыпать поджаренными орехами.

Сладкие бутерброды с медом и ягодами

100 г белого хлеба или печенья, 20 г сливочного масла, 1–2 столовые ложки засахарившегося меда, ½ стакана ягод земляники, малины, смородины, крыжовника или винограда

Белый хлеб или печенье намазать маслом и медом. На каждый бутербродик положить ягоды одного или нескольких сортов.

Зимой свежие ягоды можно заменить фруктами из компота. Хлеб или печенье можно смочить сиропом или водой с медом.

Бутерброды с творогом, орехами и изюмом

200 г пшеничного хлеба или печенья, 1 стакан творога, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки толченых орехов, ½ стакана изюма.

Ломтики пшеничного хлеба или печенье покрыть толстым слоем творога, смешанного с изюмом, заправленного сахаром (не пригашивать!). Посыпать сверху поджаренными орехами

Бутерброды с сыром и фруктами

200 г пшеничного хлеба, 80 г сырного масла, 1 стакан фруктов (апельсин, банан, киви), 1 столовая ложка толченых орехов

Ломтики пшеничного хлеба покрыть сырным маслом. Сверху уложить ломтики фруктов, залитых сладким сиропом, и посыпать поджаренными орехами.

Бутерброды с творожным кремом

Белый хлеб, печенье или кекс, 1 пачка творога, лучше с жирного, 100 г сахара (если творог несладкий), ½ стакана сливок или густой сметаны, лимонная цедра, ванилин на кончике ножа, 1 столовая ложка рубленых цукатов или 100 г мармелада (можно и то, и другое), немного шоколада.

Творог смешать с сахаром и сливками или сметаной, хорошо растереть, чтобы получилась мягкая однородная масса, заправить лимонной

цедрой и ванилином, добавить цукаты. Кремом намазать куски белого хлеба, кекса или печенья и украсить сверху маленькими кусочками мармелада и шоколада.

С этим же кремом можно сделать торт из печенья. Печенье положить в три слоя на блюдо, смазывая каждый слой кремом. Боковые стороны и верх торта тоже смазать кремом и украсить кусочками мармелада и шоколада. Поставить на 2–3 ч в холодильник.

Бутерброды с медом, орехами и изюмом

200 г пшеничного хлеба, 1 столовые ложки засахарившегося меда, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки толченых орехов, 2 столовые ложки изюма

Ломтики пшеничного хлеба подсушить, намазать маслом, сверху положить мед, посыпать поджаренными толчеными орехами и изюмом.

Бутерброды с острым сыром

200 г (8 ломтиков) пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, ½ апельсина, 100 г (4 ломтика) острого сыра, соль.

Белый хлеб нарезать тонкими ломтиками. Масло растереть, заправить солью, добавить

апельсиновые цедру и сок, хорошо взбить и полученной смесью намазать ломтики хлеба. На половину из них уложить тонко нарезанный сыр, накрыть их оставшимися ломтиками хлеба. Можно разрезать на маленькие бутерброды

Бутерброды с творогом

200 г (8 ломтиков) ржаного хлеба, ½ стакана творога, 2–3 сардины (шпроты), ½ лимона, перец, соль

Хлеб нарезать тонкими ломтиками. Творог протереть, добавить измельченные шпроты или сардины, заправить перцем, лимонной цедрой и соком, солью. Половину ломтиков покрыть тонким слоем полученной массы, оставшиеся уложить сверху и придавить

Если бутерброды готовить на черствого хлеба, их следует выдержать на холоде 1–2 ч для пропитывания хлеба.

Бутерброды с пастой из тертой моркови и чеснока

1 пшеничный батон (желательно вчерашний), 100 г сливочного масла, 2 стакана тертой моркови, 2 столовые ложки майонеза, 3–4 зубка чеснока, соль, сахар, перец.

С батона срезать корку, придав ему форму прямоугольника. Нарезать вдоль на прямоугольные ломти (4 штуки), два из них намазать маслом, положить на них пасту, сверху покрыть оставшимися ломтями, завернуть в полиэтиленовый мешочек или пергаментную бумагу и на 1–2 ч оставить в холодильнике. Перед употреблением разрезать на одинаковые по размеру бутерброды (сандвичи).

Для пасты, смешать сырую терту́ю морковь, толченый чеснок, соль, сахар, перец с майонезом

Сандвич слоеный
с рыбными консервами и сыром

300 г пшеничного хлеба (12 кусков), 1 банка консервов тунца или лосося, 100 г сыра, 1 банка майонеза, 2 яйца, ½ стакана молока, ½ чайной ложки готовой (столовой) горчицы, 1 столовая ложка мелко нарезанного зеленого лука.

Пшеничный хлеб очистить от корки и разрезать на 12 ломтиков, 6 уложить в форму, покрыв их ломтиками сыра. Размять вилкой рыбные консервы (тунец или лосось), смешать их с майонезом и покрыть этой массой ломтики сыра, сверху покрыть остальными ломтиками хлеба. Яйцо взбить с молоком, посолить, добавить столовую

горчицу, мелко нарезанный зеленый лук и этой смесью задить содержимое формы. Запечь в духовке на небольшом огне до светло-коричневой окраски.

Бутерброды с пастой из яиц со свежим огурцом и зеленым луком

1 пшеничный батон (желательно вчерашний), 100 г сливочного масла, 1 огурец, 3 яйца, 1 столовая ложка зеленого репчатого лука, 1 столовой ложки майонеза, соль, перец

Приготовить бутерброды, как указано в предыдущем рецепте, используя пасту из вареных яиц со свежими огурцами и зеленым луком.

Для пасты: мелко порубить вареные яйца и огурец, смешать их с луком и майонезом. Посолить, поперчить и перемешать.

Бутерброды с пастой из орехов, чеснока и майонеза

1 пшеничный батон (желательно вчерашний), 100 г сливочного масла, 1 плавленый сырок, 2 стакана грецких орехов (ядро), 2 столовые ложки майонеза, 5 зубков чеснока, соль, перец.

С батона срезать корку, придав ему форму прямоугольника. Разрезать вдоль на 4 прямо-

угольных ломтя. Два из них смазать маслом и покрыть приготовленной пастой, сверху уложить оставшиеся ломти. Завернуть в полиэтиленовый мешочек и в пергаментную бумагу и на 1–2 ч оставить в холодильнике для пропитывания. Перед употреблением разрезать на одинаковые по размеру бутерброды (сандвичи).

Для пасты: чеснок и орехи пропустить через мясорубку. Плавленый сырок растереть с майонезом и смешать с чесночно-ореховой массой.

Бутерброды с яичным и селедочным маслом

200 г ржаного хлеба, 80 г яичного масла, 80 г селедочного масла, 100 г сливочного масла

Хлеб очистить от корки и нарезать на 5 тонких ломтиков, три из них покрыть толстым слоем сливочного масла, один намазать селедочным маслом, на него уложить второй ломтик вниз стороной, намазанной маслом, сверху намазать его яичным маслом. Потом уложить третий ломтик, намазанной маслом стороной вниз, сверху намазать селедочным маслом, четвертый ломтик положить намазанной маслом стороной вниз и намазать его яичным маслом, прижать пятым ломтиком смазанной маслом стороной вниз. Слегка придавить и поставить на несколько ча-

сов в холодное место. Разрезать при подаче на тонкие полосатые бутерброды.

Бутерброды с ветчиной и сыром

200 г пшеничного или ржаного хлеба, 50 г сливочного масла, 100 г ветчинного мяса, 50 г сырного масла

Хлеб очистить от корки и нарезать пять одинаковых тонких ломтиков. Один из них намазать ветчинным маслом, уложить сверху второй ломтик, намазанный сливочным и сырным маслом, сверху уложить третий ломтик, намазанный сверху ветчинным маслом, покрыть четвертым, прижать и поставить на холод на несколько часов. Перед подачей разрезать на небольшие бутерброды: на срезе они будут иметь две розовые полоски.

Бутерброд-башня с килькой, ветчиной и сыром

300 г ржаного хлеба, 100 г пшеничного хлеба, 45 г горчичного или хренового масла, 75 г яичного масла, 15 г сливочного масла, 12–15 килек, 150 г ветчины, 50 г сыра, 4 маринованные сливы, 4 свежих помидора, сладкий перец или редис, зелень.

Ржаной хлеб разрезать на два одинаковых ломтика, белого взять один ломтик такой же ве-

личины и приготовить из них три бутерброда: из черного хлеба – с килькой, с ветчиной, из белого – с сыром. Уложить бутерброды друг на друга: нижний – с килькой, верхний – с сыром. Украсить верхний целой сливой, небольшим свежим помидором – дольками красного сладкого перца или редисом и пышной зеленью укропа. Скрепить бутербродной шпажкой.

Бутерброд-пирамида с ветчиной, сыром и яйцом

300 г пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 20 г сырного масла, 15 г зеленого масла, 50 г ветчины, 30 г сыра, ½ вареного яйца, 4 маринованные сливы или 2 редиски, 1 свежего помидора, 1 свежего огурца.

Различные по величине, но одинаковые по форме три ломтика хлеба намазать разными масляными смесями. На самый большой ломтик уложить кусочки ветчины и свежего помидора такой же формы, покрыть листиком салата. На средний уложить кусочек сыра и кружочек свежего огурца, на меньший – кружочек яйца и целую сливу или разрезанную в форме цветочка редиску. Уложить бутерброды друг на друга по мере уменьшения. Скрепить шпажкой.

Бутерброд-башня с ветчиной

200 г ржаного хлеба, 30 г ветчинного, горчично-го или хренного масла, 100 г ветчины, ½ соленого огурца или помидора, зеленый салат, зелень ук-ропа или петрушки.

Ломтики хлеба намазать маслом смесью и разрезать на квадратные кусочки. На каждый по-ложить одинаковые ломтики ветчины, огурца или помидора, на всего ... кусочка хлеба. Бу-терброды аккуратно уложить друг на друга (по 3–4), украсить зеленью укропа или петрушки. Скрепить шпажкой.

Бутерброд-башня с сыром и колбасой

100 г пшеничного хлеба, 200 г сливочного масла, 200 г сыра, 100 г вареной колбасы, ½ соленого огурца, 1 помидор, маринованные ягоды, зелень петрушки или укропа.

Одинаковые ломтики хлеба смазать маслом и уложить на часть из них ломтики колбасы и огурца, а на оставшиеся – ломтики сыра. Полу-ченные бутерброды аккуратно уложить друг на друга (по 3–4), верхний украсить кружочком по-мидора, ягодой, веточкой зелени петрушки или укропа. Скрепить шпажкой.

Бутерброд-башня с сельдью и яйцом

200 г ржаного хлеба, 50 г яичного или горчичного масла, ½ сельди, 1 луковица, 1 яйцо, 1 столовая ложка сметаны

Ломтики хлеба намазать масляной смесью и разрезать на треугольные и четырехугольные кусочки. На каждый из них уложить ряд тоненьких кусочков сельди, сверху посыпать мелко нарезанным луком и покрыть ломтиками вареного яйца. Готовые бутерброды аккуратно уложить друг на друга (по 3—4) верхний полить густой сметаной и украсить кружочками лука. Скрепить бутербродной шпажкой.

Бутерброд-рулет с мясными продуктами

1 батон (400 г), 100 г сливочного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 луковица, 200 г мясных продуктов (язык, ветчина, колбаса, консервы), 1 соленый огурец

Батон разрезать вдоль на две половинки, выскоблить мякиш, оставив его слоем 1 см. Обе половинки заполнить фаршем, соединить их, завернуть в целлофан или пергаментную бумагу и оставить в холодильнике на несколько часов. Перед подачей на стол нарезать тонкими ломтями.

Для фарша взбить масло, добавить томатную пасту, мелко нарезанный репчатый лук и соленый огурец, нарезанные мелкими кубиками мясные продукты, мякиш хлеба.

Бутерброд-рулет с ветчинным маслом

400 г пшеничного хлеба, 200 г ветчинного масла.

Хлеб зачистить от корки и нарезать правильными прямоугольными пластами толщиной 0,5 0,8 см.

Каждый пласт густо смазать ветчинным маслом, туго свернуть рулетом, завернуть в целлофан или пергаментную бумагу, поставить на 3 4 ч в холодильник. После охлаждения рулет нарезать на тонкие ломти поперек

Бутерброд-рулет с мясом курицы и ветчиной

400 г хлеба (небольшой батон), 150 г сливочного масла, 40 г томатной пасты, 100 г ветчины и отварного мяса курицы, 80 г соленых огурцов, 40 г клюквы, 20 г репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Батон разрезать вдоль на половинки. Вырезать острым ножом мякиш так, чтобы его осталось у корки толщиной не более 1 см.

Бутерброд-рулет «Пикантный»

400 г хлеба (либо пшеничный батон), 150 г сливочного масла, 50 г острого сыра (рокфор или брынза), 50 г буженины, 2 яйца, грецкие и лесные (очищенные) орехи, 100 г зелени, перец красный молотый перец, соль

Батон разрезать острым ножом вдоль на две половинки. Вырезать мякиш ножом так, чтобы мякиша осталось у корки не более 1 см.

Масло для начинки взбить, смешать с тертым сыром, буженной, нарезанной кубиками, толчеными орехами, рубленными яйцами и кашкой мякишем хлеба и измельченной зеленью. Затем добавить перец, соль. Наполнить полученным фаршем половинки батона, соединить их и выставить на холод.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

СУПЫ ИЗ МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ

Суп с репой и кислым молоком

1 кг репы, 2 моркови, 2 головки репчатого лука, 1 л кислого молока, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки зелени петрушки, 2 столовые ложки зелени укропа, соль, красный перец

Очищенные и промытые репу и морковь нарезать кубиками, нашинковать лук, положить в кастрюлю, залить водой и варить. Затем положить промытый рис, соль и красный перец, варить еще 15–20 минут. Готовый суп снять с огня, дать отстояться, заправить кислым молоком, разлить в тарелки. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп с горохом, рисом и кефиром (узбекская кухня)

1 стакан лущеного гороха, 500 г мякоти говядины, 1¼ стакана риса, 2 головки репчатого лука,

2 моркови, 50 г зеленого лука, 2 стакана кефира 2,5%-ной жирности, соль, черный молотый перец.

В кастрюлю налить воды. Положить мясо, нарезанное небольшими ломтиками, лук, нашинкованный кольцами, и морковь, нарезанную мелкими кубиками, дать закипеть. Затем добавить перебранный и промытый горох и варить на слабом огне до готовности. После этого положить перебранный и вымытый рис и варить еще 20–25 минут на слабом огне. Солить суп только после того, как сварится горох. Готовый суп снять с огня, дать немного постоять под закрытой крышкой. Когда суп отстоится, заправить его кефиром и перемешать. Разлить в тарелки, посыпать черным перцем, мелко нашинкованным зеленым луком и подать на стол.

Суп армянский

3 стакана кислого молока, 2 стакана воды, 3 огурца, 50 г зелени укропа, 50 г зелени петрушки, 50 г зеленого лука, соль.

Кислое молоко разбавить холодной кипяченой водой и добавить в него мелко нарезанные огурцы, петрушку, зелень укропа, зеленый лук, добавить по вкусу соль и хорошо перемешать.

Подать суп на стол холодным с небольшим кусочком пищевого льда.

Суп из редиса с кефиром

2 стакана кефира, 150 г редиса, 20 г зелени петрушки или укропа, соль

Редис нарезать соломкой и залить кефиром. При подаче посыпать рубленой зеленью петрушки или укропа и посолить по вкусу.

Суп из моркови с кефиром

2 стакана кефира, 100 г моркови, 4 чайные ложки сахара, соль.

Очищенную морковь нарезать соломкой или натереть на терке с крупными отверстиями, залить кефиром, добавить сахар, соль и размешать.

Суп из свеклы с кислым молоком

2 свеклы, 1 огурец, 50 г зеленого лука, 20 г укропа, 2 стакана кислого молока, 1 стакан свекольного отвара, 2 столовые ложки сметаны, соль, уксус.

Свеклу помыть, почистить, нарезать соломкой, добавить немного воды, уксуса и тушить до готовности, после чего охладить. Кожуру свек-

лы тщательно промыть, залить холодной водой, добавить немного уксуса и варить 10–15 минут. Отвар процедить и охладить. Огурец почистить, нарезать соломкой. Тушеную свеклу соединить со свекольным отваром, добавить нарезанный огурец, рубленые зеленый лук и укроп, кислое молоко, сметану, соль по вкусу.

Суп холодный «Таратор»

2 стакана нежирного кефира или простокваши, 3 огурца, ½ стакана ядер грецких орехов, 3–4 зубка чеснока, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Взбить кефир. Истолченные чеснок и орехи с солью взбить с растительным маслом в однородную массу, смешать с кефиром, добавить мелко нарезанные свежий огурец и укроп, разбавить холодной кипяченой водой до желаемой густоты.

Суп кисломолочный с баклажанами или кабачками

100 г баклажанов или кабачков, 1 столовая ложка подсолнечного масла, 1 яйцо, ½ столовой ложки муки, 2 зубка чеснока, зелень петрушки,

1 стакан кефира, 2 стакана кипяченой воды, соль.

Очищенные баклажаны или кабачки нарезать кружочками, обвалять в муке с солью и поджарить на масле. Овощи залить взбитым яйцом, запечь в духовке в течение 10–12 минут, охладить и нарезать соломкой. Кефир развести холодной кипяченой водой, добавить рубленую зелень петрушки, чеснок, а также подготовленные баклажаны или кабачки. Подавать суп холодным.

Холодник по-мински

2 стакана кефира, 700 г щавеля, 100 г свеклы, 2–3 свежих огурца, 1 яйцо, 120 г зеленого лука, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка сахара, укроп, соль.

Перебранный и нарезанный щавель отварить в подсоленной воде, охладить. Отдельно отварить свеклу (целиком) с добавлением уксуса. Полученный отвар охладить и процедить, а свеклу очистить и нашинковать. В охлажденный отвар со щавелем положить измельченный и растертый с солью и яичным желтком зеленый лук, нашинкованные свежие огурцы, свеклу, добавить свекольный отвар, белок яйца, сахар, взбитый кефир.

Готовый холодник заправить сметаной, посыпать нарезанным укропом.

Холодный томатный суп на кефире

2 стакана кефира, 2 помидора, зелень укропа и петрушки, соль.

В кефир или простоквашу положить нарезанные мелкими кубиками зрелые твердые помидоры, посолить, посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки и подать на стол.

Борщ на кислом молоке

400 г молодой свеклы с ботвой, 2 стакана простокваши, ½ стакана холодной кипяченой воды. 2 моркови, 1 корень петрушки или сельдерея, зелень, соль.

Свекольную ботву помыть, листья нарезать соломкой, а свекольные черешки - мелкими кубиками. Морковь и свеклу очистить и нарезать, корень петрушки или сельдерея нарезать соломкой. Подготовленные овощи (кроме листьев свеклы) протушить с небольшим количеством воды до мягкости, затем добавить листья и тоже протушить 5 минут. После этого посолить, охладить и залить смесью простокваши с кипяче-

ной водой, предварительно взбитой вилкой или венчиком. Подать охлажденным, посыпав нарезанной зеленью.

Окрошка (азербайджанская кухня)

600 г простокваши (мацони), 300 г свежих огурцов, 300 г говядины, 120 г зеленого лука, 15 г зелени кинзы, 15 г сахара, укроп, соль.

Простоквашу наполовину разбавить водой, добавить нарезанные кубиками и очищенные от кожицы огурцы, мелко нарезанные лук, кинзу, соль, сахар, хорошо перемешать, после чего поставить на лед.

Мясо отварить отдельно и подать в холодном виде.

Суп литовский

2 стакана кефира, 1½ стакана воды, 125 г свеклы, 100 г свежих огурцов, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, укроп, соль.

Кефир охладить и взбить венчиком, добавить охлажденную кипяченую воду. Вареную свеклу нарезать тонкой соломкой, огурцы — ломтиками, лук — лапшой. Лук и мелко нарезанный укроп растереть с солью. Подготовленные овощи

залить кефиром, посолить, размешать. В каждую тарелку положить по половине круто сваренного яйца.

Летний суп из ревеня

600 г ревеня, 1,5 л воды, 1 стакан простокваши, 100 г сахара, 100 г сметаны, 1 яйцо, 2 бутона гвоздики, щепотка корицы, ванильный сахар

Черешки ревеня очистить от тонкой кожицы, помыть и нарезать небольшими кубиками. В кипящую воду бросить корицу, гвоздику, всыпать сахар, опустить ревень и сухари. Дать супу покипеть 1–2 минуты. Снять с огня и приготовить заправку. Желток взбить с простоквашей и при непрерывном помешивании влить в кастрюлю. Оставшийся белок взбить с ванильным сахаром и перед подачей добавить чайную ложку пены в тарелку с супом.

Суп из яблок и кефира

6 стаканов кефира (или простокваши), 6 яблок, 5 столовых ложек сахара, белые сухарики или гренки.

Яблоки измельчить на терке, залить кефиром или простоквашей, добавить сахар, перемешать.

В тарелку положить белые сухарики или гренки и залить их супом.

Холодник из простокваши (польская кухня)

2 стакана ягод (земляники или малины), 1 л простокваши, 1 стакан сметаны, ½ стакана сахара.

Ягоды протереть через сито или пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Простоквашу размешать со сметаной, протертыми ягодами и сахаром. Подать на стол холодным.

Суп из клубники

4 стакана клубники, 1,25 л кефира или молока, ½ стакана сахара, сдобные сухарики, печенье или сухой бисквит.

Клубнику помыть кипяченой водой, отцедить, размять и залить кефиром или свежим молоком, добавить сахар и размешать. Подать со сдобными сухариками, печеньем или сухим бисквитом.

Суп из простокваши с фруктами

5 стаканов простокваши, 2 стакана сухофруктов, 2½ стакана воды, 5 столовых ложек саха-

ра, 1 стакан молотых ржаных сухарей, ванильный сахар.

Сухофрукты залить водой. Когда они набухнут, воду частично слить, добавить чайную ложку сахара, сухофрукты отварить и остудить. Простоквашу взбить с оставшимся сахаром (лучше миксером), смешать с сухарями и охлажденными фруктами, добавить ванильный сахар и сразу подать суп к столу.

Суп молочный с рисом

1 л молока, 70 г риса, 15–20 г сливочного масла, соль, сахар.

Рис перебрать, хорошо промыть, меняя 3–4 раза воду, опустить в кипящую, чуть подсоленную воду и варить 8–10 минут. Затем слить воду, переложить рис в кипящее молоко и варить 15–20 минут при слабом кипении, изредка помешивая. Готовый суп заправить по вкусу солью, сахаром, сливочным маслом и сразу же подавать на стол.

Суп молочный с пшеном

1 л молока, 70 г пшена, 15–20 г сливочного масла, соль, сахар.

Пшено тщательно промыть 3–4 раза в теплой воде, ошпарить кипятком, опустить в кипящую воду и сварить. Затем слить воду, переложить пшено в кипящее подсоленное молоко и варить 8–10 минут при слабом кипении. Готовый суп заправить по вкусу сливочным маслом и сахаром.

Суп молочный с перловой крупой

1 л молока, 100 г перловой крупы, 15 г сливочного масла, соль, сахар.

Перловую крупу перебрать, промыть и залить холодной водой для набухания. Спустя 2 часа воду слить, крупу залить горячей водой и варить 10 минут. Затем крупу откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода, переложить в кастрюлю с кипящим молоком и варить на слабом огне 40–50 минут. Добавить соль, сахар и сливочное масло.

Суп молочный с ячневой крупой

1 л молока, 2½ стакана воды, 120 г ячневой крупы, 15 г сливочного масла, соль, сахар.

Вскипятить молоко, разбавить его кипящей водой, немного посолить и, когда оно снова закипит, всыпать промытую ячневую крупу. Суп варить, изредка мешая, 30–35 минут. Затем за-

править его по вкусу солью, сахаром и сливочным маслом.

Суп молочный с крупой и морковью

1 л молока, 1 л воды, 2 столовые ложки яичной крупы или риса, 1–2 моркови, соль.

Очищенную морковь натереть на терке. Крупу промыть. В кипящей подсоленной воде положить натертую морковь, крупу, соль и варить все на слабом огне. Когда крупа и морковь станут мягкими, добавить молоко и прокипятить. Суп можно посыпать сахаром или смесью сахара и корицы.

Суп молочный рисовый протертый

1 л молока, 1 л воды, 1 стакан риса, 1 столовая ложка сахара, 40 г сливочного масла, соль.

Перебранный и промытый рис всыпать в кипящую воду и варить, пока рис не станет мягким. Сваренный рис протереть через сито или дуршлаг, разбавить молоком, положить сахар и соль и еще раз дать ему вскипеть. Перед подачей на стол суп заправить маслом.

Также можно приготовить молочные протертые супы и из других круп.

Суп молочный с рисом и фасолью (узбекская кухня)

100 г фасоли, 3 столовые ложки риса, 2 стакана воды, 5 стаканов молока, 30 г сливочного масла, соль.

В кастрюлю налить воду и всыпать в нее промытую фасоль, варить до полуготовности. Затем добавить молоко, дать закипеть, положить промытый рис, варить 20–25 минут (в зависимости от кипения), посолить, снять с огня и дать постоять 5 минут под крышкой, после чего разлить в тарелки и подать на стол. Отдельно подать сливочное масло.

Суп молочный с запеченным рисом

1 л молока, 3 столовые ложки риса, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка тертого сыра, 2 чайные ложки молотых сухарей, соль.

Отварить рис. В отварной рис добавить сырое яйцо, сливочное масло, половину натертого сыра, соль. Все это перемешать и выложить на сковороду, смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями. Сверху посыпать оставшейся половиной тертого сыра, полить растопленным маслом и поставить в духовку на 15–

20 минут для запекания. Запеченный рис слегка охладить, выложить на доску (опрокинув сковороду), нарезать, выложить в тарелки и залить кипящим молоком.

Суп молочный с рисом и изюмом

1,5 л молока, 2 стакана воды, 100 г риса, 100 г изюма, 2 столовые ложки сахара, 50 г сливочного масла, соль.

Рис промыть, сварить в воде до полуготовности. Добавить молоко, промытый изюм, соль, сахар и варить до полной готовности. Подать со сливочным маслом.

Суп молочный манный с морковью и тыквой

1,5 л молока; 2 столовые ложки манной крупы, 200 г тыквы, 2 моркови, 50 г сливочного масла, соль, сахар.

Тыкву и морковь нарезать мелкими кубиками, по отдельности довести до готовности с добавлением молока и растопленного масла. Молоко вскипятить, всыпать манную крупу и после 10–14 минут варки соединить суп с готовой тыквой и морковью и по вкусу добавить сахар и соль.

В тарелки с супом положить по кусочку сливочного масла.

Суп молочный (английская кухня)

1 л воды, 2 стакана овсяных хлопьев, 2 стакана сливок 10%-ной жирности или стакан молока, 2 чайные ложки сахара

В слегка подсоленную кипящую воду всыпать овсяные хлопья и варить до готовности. Перед подачей на стол забелить сливками или молоком, подсластить по вкусу. Вместо овсяных хлопьев можно использовать толокно.

Суп молочный с манной крупой

1 л молока, 60 г манной крупы, 15–20 г сливочного масла, соль, сахар.

В кипящее молоко всыпать, непрерывно помешивая, чтобы не образовывались комки, манную крупу и варить при слабом кипении 15–20 минут.

Готовый суп заправить по вкусу солью, сахаром и сливочным маслом. По желанию можно добавить ½ стакана изюма, который закладывают после засыпки манной крупы.

Суп овсяный протертый на молоке с яйцами

1 стакан овсяной крупы, 2,5 л воды, 2 стакана молока, 1 стакан сливок 10%-ной жирности, 3 яйца, 20 г сливочного масла

Крупу сварить в воде до готовности, протереть, прокипятить, заправить молоком и сливками, смешанными с яйцами и маслом.

Протертые супы из других круп готовятся таким же способом.

Суп молочный из овсяных хлопьев с яблоками

2 стакана воды, 2 стакана молока, 1 стакан овсяных хлопьев, 2 яблока, 2 чайные ложки сахара, корица

Воду вскипятить, добавить корицу, овсяные хлопья и молоко. Суп снять с огня и, разливая на порции, положить в него сахар и натертые на крупной терке яблоки.

Суп молочный манный с изюмом

1 л молока, 2 стакана воды, 150 г манной крупы, 100 г изюма без косточек, 1 чайная ложка сахара, 30 г сливочного масла, соль.

В кипящее молоко, разведенное водой, непрерывно помешивая, чтобы не образовывались комки, засыпать просеянную манную крупу, положить изюм, сахар, соль по вкусу и варить при слабом кипении 15–20 минут. При подаче на стол добавить в тарелки сливочное масло.

Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес»

1 л молока, 2½ стакана воды, 150 г овсяных хлопьев «Геркулес», 15 г сливочного масла, соль, сахар

Вскипятить молоко, добавить в него кипящую воду, немного сахара и, когда оно снова закипит, всыпать овсяные хлопья. Изредка помешивая, варить суп на слабом огне 25–30 минут, затем заправить солью, сахаром и сливочным маслом.

Суп молочный с горохом и перловой крупой (эстонская кухня)

1½ стакана гороха, 2 столовые ложки перловой крупы, 2½ стакана воды, 4 стакана молока, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Замоченный лущеный горох и перловую крупу сварить в воде до готовности, после чего до-

бавить молоко, довести до кипения, положить соль и сливочное масло.

Суп молочный с домашней лапшой

1 л молока, 25 г сливочного масла, соль, сахар.
Для теста: *150 г муки, 1 яйцо, соль.*

Для приготовления домашней лапши муку высыпать на доску, сделать посередине углубление, добавить яйцо, посолить и, немного подливая воду, замесить крутое тесто. Раскатать его в тонкий пласт и нарезать в виде лапши длиной около 5 см. Приготовленную лапшу опустить на несколько секунд в кипяток и откинуть на сито. Когда вода стечет, опустить лапшу в кипящее молоко и варить 15—20 минут. Перед окончанием варки суп заправить солью и сахаром. При подаче к столу положить сливочное масло.

Суп молочный с клецками

1 л молока, 1½ стакана воды, 20—25 г сливочного масла, соль, сахар.
Для клецек: *120 г муки, 15 г сливочного масла, 1 яйцо, 1 стакан воды, соль.*

Приготовление клецек. В небольшую кастрюлю влить воду, добавить сливочное масло,

соль и вскипятить. Затем всыпать просеянную муку, замесить тесто, прогреть его 1–2 минуты на огне, немного охладить, вбить яйцо и снова хорошо вымесить

Вскипятить молоко, развести его кипящей водой, немного посолить, снова вскипятить и снять с огня. Затем раскатать тесто на клецки, опуская их в горячее молоко, [illegible] вскипятить и варить 3–5 минут. Готовый суп заправить сливочным маслом [illegible]

Суп молочный из печенья

200 г печенья, 1,5 [illegible] сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка молотой корицы

Печенье измельчить в сухом виде, просеять через сито, засыпать в кипящее молоко и снять с огня. Затем добавить сахар, сливочное масло, корицу и подать на стол

Суп молочный с галушками

100 г муки, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 стакан воды, 1,5 л молока, 1 столовая ложка сахара, соль.

Муку замесить с яйцом, сливочным маслом (½ столовой ложки) и водой (½ стакана). Полу-

ченное тесто разделать ложкой на галушки и варить в кипящем молоке, в которое добавить оставшуюся воду и сахар. Подать на стол со сливочным маслом.

Суп молочный из сухарей

200 г пшеничных сухарей, 1 желток, 1,5 л молока, 1 столовая ложка сахара, 30 г сливочного масла, соль.

Сухари пшеничные измельчить в ступке, просеять через сито, залить в кипящее молоко и снять с огня, после чего заправить сахаром, солью, сливочным маслом и сырым желтком.

Суп молочный с овощами

1,5 л молока, 1 корень сельдерея, 1 морковь, 2 лука-порея, 1 репа, ½ стакана спаржи, 1 маленькая головка белокочанной капусты, 4 картофелины, 1 стакан рубленого шпината, 6 столовых ложек сливочного масла, 1½ стакана сливок, 3 желтка, зелень петрушки и укропа, соль.

Молоко вскипятить, посолить, опустить в него нарезанные овощи и картофель. Когда они сварятся, опустить рубленый шпинат, дать закипеть. Заправить суп маслом, смешанным с жел-

ками, сливками, посолить и опять довести до кипения. Всыпать рубленую зелень.

Суп молочный с кабачками

1,25 л молока, 3 картофелины, 1 кабачок, 6 столовых ложек сливочного масла, соль.

Картофель нарезать брусочками или дольками, опустить в кипящее молоко и варить 10–12 минут. Затем добавить нарезанный кубиками кабачок, посолить и варить при слабом кипении до готовности. Готовый суп заправить сливочным маслом.

Суп молочный с молодой морковью

2 пучка молодой моркови, 1 столовая ложка муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 стакан воды, 2 стакана молока, 1 пучок мелко нарезанной зелени петрушки, соль, молотый черный перец.

Очистить морковь, нарезать и варить до мягкости в подсоленной воде. Отдельно поджарить муку на сливочном масле, развести водой, посолить и довести до кипения. Вареную морковь обжарить в небольшом количестве масла. Все смешать и варить суп еще 10–15 минут. Незадолго

до того как снять с огня, налить в него молоко. Готовый суп заправить черным перцем и зеленью петрушки.

Суп молочный с цветной капустой

1 средней величины кочан цветной капусты, 3 стакана воды, 2 столовые ложки манной крупы, 2 стакана молока, 1 столовая ложка сливочного масла, черный перец, соль.

Очистить и разобрать на соцветия цветную капусту, залить кипятком, предварительно его посолив, и варить, пока капуста не станет мягкой. Добавить манную крупу и к концу варки долить молоко и положить сливочное масло. Суп довести до кипения, снять с огня и заправить черным перцем.

Суп молочный с картофельными фрикадельками

1,5 л молока, 4 картофелины, 4 столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Половину очищенного картофеля отварить, обсушить и горячим протереть через сито. Вторую половину картофеля измельчить на терке, отжать через марлю и соединить с протертым.

тщательно растирая. Полученную массу заправить маслом, сахаром и солью, раскатать в виде маленьких шариков и отварить в подсоленной воде, затем переложить в горячее молоко и довести его до кипения. При подаче к столу в каждую тарелку положить по кусочку масла.

Суп молочный с картофелем и кабачками

0,5 л молока, 2–3 картофелины, 1 небольшой кабачок, 2 столовые ложки сливочного масла, 40 г сыра, 150 г пшеничного хлеба, соль

Нарезанный брусочками или дольками картофель положить в горячее молоко и варить 10–12 минут, затем добавить кабачок, нарезанный кубиками, посолить и варить при слабом кипении до готовности. Положить масло. Отдельно к супу подать гренки — мелко нарезанный и подсушенный или обжаренный пшеничный хлеб. Горячие гренки посыпать тертым голландским сыром, дать ему растопиться.

Суп молочный с картофелем и овощами

1 л молока, 1 л воды, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 1 репа, 4 столовые ложки сливочного масла, 1 головка цветной капусты, 3 картофе-

лины, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, соль

Лук, морковь и репу нарезать, слегка спассеровать на масле. Цветную капусту разделить на соцветия и отварить. Подготовленные овощи залить разбавленным водой горячим молоком, всыпать нарезанный брусочками картофель и варить при слабом кипении до готовности. За 2–3 минуты до окончания варки добавить консервированный горошек (вместе с жидкостью) и цветную капусту. В тарелку с супом положить кусочек сливочного масла.

Суп «Весенний»

1 небольшой кочан капусты ранних сортов, 3 моркови, 1 небольшая репа, ½ кольраби, 3 столовые ложки сливочного масла, 2–3 сухих гриба, 1 л воды, 0,5 л молока, 50 г сметаны, соль.

Тщательно промыть капусту, мелко нарезать ее и положить в кастрюлю вместе с мелко нарезанными морковью, репой, луком, сухими грибами; затем туда же добавить сливочное масло, налить холодную воду и кипятить на медленном огне в течение 1 часа. После этого суп посолить по вкусу, прибавить молоко и дать ему закипеть. Готовый суп заправить сметаной.

Суп молочный с картофельными «стружками»

1,5 л молока, 0,5 л воды, 4–5 картофелин, 1 чайная ложка сахара, 2½ столовой ложки сливочного масла, щепотка корицы, соль.

Очищенный картофель промыть, натереть на терке стружкой, положить в молоко, смешанное с водой, и варить до готовности, добавив соль, сахар, масло. При подаче суп можно посыпать корицей. Во время варки суп надо помешивать, чтобы гуща не осела на дно и не пригорела.

Суп молочный с картофелем, шпинатом и щавелем

1 л молока, 1 л воды, 6–7 очищенных картофелин, 200 г шпината, 200 г щавеля, 1 столовая ложка муки, 100 г сливочного масла, соль.

Очищенный картофель нарезать крупными кусками, положить в кастрюлю, прибавить немного воды, половину сливочного масла и тушить при закрытой крышке до полуготовности.

Затем в картофель прибавить очищенный шпинат, щавель, муку, хорошо размешанную в молоке (1 стакан), соль по вкусу и продолжать тушить до полной готовности картофеля. После этого всю массу протереть сквозь сито или

пропустить через мясорубку, разбавить молоком, разведенным наполовину водой, нагреть до кипения. Перед подачей на стол суп заправить оставшимся сливочным маслом.

Суп молочный с капустой

2 л молока, 1 кочан капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки мелко нарезанной зелени укропа, 1 чайная ложка топленого масла, соль.

Свежую капусту мелко нашинковать и сварить до мягкости в небольшом количестве воды вместе с нарезанными морковью и корнем петрушки. Когда овощи сварятся, в суп налить горячее молоко (не кипятить), добавить масло и соль по вкусу, посыпать мелко нарезанным укропом.

Суп молочный с брюссельской капустой и гренками

300 г брюссельской капусты, 2–3 очищенные картофелины, 1 л молока, 0,5 л воды, 150 г белого хлеба для гренок, 30 г сливочного масла, 2 чайные ложки сахара, соль.

Брюссельскую капусту погрузить в кипяток на 3–5 минут, откинуть на сито, дать стечь воде и слег-

ка поджарить на сливочном масле. Затем капусту опустить в разбавленное водой горячее молоко, добавить нарезанный кубиками картофель, соль, сахар по вкусу и варить до готовности.

Отдельно подать к супу гренки, приготовленные из белой булки

Суп молочный с помидорами

2 стакана молока, 3 стакана воды, 1 морковь, 200 г репы, 1 корень петрушки, 1 цибуля, 2 помидора, ½ стакана манной крупы, 50 г сливочного масла, соль

Морковь, репу, корень петрушки, луковицу, помидоры очистить, нарезать. У помидоров удалить зернышки, положить в кастрюлю, налить воду и варить 45 минут. Затем прибавить помешивая, постепенно манную крупу, сливочное масло и дать прокипеть 15 минут, после чего добавить молоко и соль по вкусу

Суп картофельный с молоком

3 стакана молока, 3 столовые ложки сливочного масла, 2–3 головки репчатого лука, 4–5 картофелин, 1 морковь, 3 стакана воды, 2 столовые ложки манной крупы, зелень петрушки, соль, перец, тмин, сметана.

Растопить масло в кастрюле и обжарить в нем нарезанный кубиками лук. Положить туда нарезанные кубиками картофель, морковь, соль, перец, тмин и залить все водой, довести до кипения и, постоянно помешивая, всыпать манную крупу. Варить суп на малом огне 20 минут. Добавить молоко, петрушку и довести до кипения. При подаче заправить суп сметаной.

Суп молочный с тыквой

3 стакана молока, 200 г тыквы, 2 столовые ложки манной крупы, соль, сахар, и ром.

Тыкву очистить и нарезать тонкой лапшой залить водой, чтобы только покрыта, и тушить до мягкости. Вскипятить молоко, заварить в нем манную крупу, соединить с тыквой (без воды) положить по вкусу соль сахар, поварить вместе 5–7 минут. В суп добавить растертый изюм и сливочное масло.

Отдельно подать слобные сухарики или сухое печенье.

Суп молочный с тыквой и картофелем

1 л молока, 2 стакана воды, 6–7 очищенных картофелин, 2 моркови, 300 г тыквы, 30 г сливочного масла, соль.

Нарезать картофель кубиками, морковь — ломтиками. Очистить тыкву, удалить из нее семена и нарезать небольшими кубиками. Морковь, тыкву, картофель залить водой и варить, пока овощи не станут мягкими. Отваренные овощи посолить по вкусу, после чего залить кипяченым молоком. Перед подачей на стол суп подогреть и ввести в него сливочное масло.

Суп молочный из кукурузы и картофеля

350 г вареных зерен кукурузы, 7 картофелин, 1 морковь, 2½ стакана молока, 1 столовая ложка сахара, соль

Картофель и морковь, нарезанные мелкими кубиками, положить в кипящее молоко, разбавленное кукурузным отваром, и варить 10 - 15 минут. Затем добавить вареные зерна кукурузы, соль, сахар и довести до кипения. При подаче в каждую тарелку с супом положить по кусочку сливочного масла.

Суп из шпината с молоком

500 г шпината, 1 головка репчатого лука, 1 стакан молока, 2 столовые ложки муки, 3 столовые

ложки жира, 1–2 яйца, зелень петрушки, черный перец горошком, соль

Шпинат перебрать, помыть, нарезать полосками и положить в кипящую подсоленную воду, добавив мелко нарезанный репчатый лук. Доведя шпинат до готовности, спассеровать муку на жире. Развести пассеровку водой и влить в шпинат. Варить еще 5–6 минут. Перед тем как снять суп с огня, влить в него молоко.

Сварить вкрутую яйца, охладить, нарезать кубиками и смешать с мелко нарезанной зеленью петрушки и молотым черным перцем. Суп разлить по тарелкам и посыпать приготовленной смесью.

Суп из зеленого горошка со свежим молоком

1 кг свежего зеленого горошка, 2 столовые ложки манной крупы, 1½ стакана молока, 50 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, соль.

Вылущить горошек и отварить в 4–5 стаканах подсоленной воды. Когда горошек будет почти готов, добавить манную крупу, немного проварить и перед тем как снять с огня, добавить свежее молоко и сливочное масло. Готовый суп

посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Суп грибной с молоком

1 л мясного бульона, 2 л молока, 1 головка репчатого лука, 7–8 картофелин, 500 г грибов, 3 столовые ложки растительного масла, укроп, соль.

Нарезанный кубиками картофель сварить в мясном бульоне, добавить обжаренные в масле грибы с луком, молоко, дать закипеть. Посолить, посыпать мелко нарезанным укропом и снять с огня.

Суп-пюре молочный из моркови

1 л молока, 900 г моркови, ½ чайной ложки муки, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, соль.

Морковь очистить, хорошо промыть, тонко нарезать, сложить в кастрюлю, добавить сахар, масло, соль, влить немного горячей воды и тушить до готовности, изредка мешая. Готовую морковь вместе с отваром протереть через частое сито. Муку просеять, слегка поджарить, остудить, положить в кастрюлю и развести, тщательно вымешивая, горячим молоком. Добавить протертую морковь, все хорошо перемешать и

варить 8–10 минут, снимая накипь. Готовый суп заправить по вкусу солью, сахаром и сливочным маслом. Если в супе окажутся комочки, то его следует процедить через сито и снова прокипятить

Суп-пюре молочный из тыквы и манной крупы

1 л молока, 900 г тыквы, 1½ столовой ложки манной крупы, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, соль.

Тыкву очистить, удалить семена, промыть, тонко нарезать, сложить в кастрюлю, залить небольшим количеством воды, посолить, добавить сахар и масло и тушить до готовности, а затем протереть вместе с отваром через сито. В кипящее молоко всыпать, помешивая, манную крупу, проварить 5–8 минут, добавить протертую тыкву, все хорошо размешать и варить 5–8 минут. Готовый суп заправить по вкусу солью, сахаром и сливочным маслом.

Суп-пюре из свежих помидоров

1 стакан молока, 1 стакан сливок или сметаны, 1 стакан воды, 600 г помидоров, 1 головка репчатого лука, 1 столовая ложка сахара, 2 сто-

ловые ложки сливочного масла, лавровый лист, 2 столовые ложки муки, соль.

Положить в кастрюлю очищенные от кожицы помидоры, мелко нарезанный репчатый лук, соль, сахар, лавровый лист, залить стаканом воды и поставить на слабый огонь. Через 20 минут вынуть лавровый лист, а овощи протереть через сито. В другой кастрюле растопить сливочное масло, смешать его с мукой, слегка прогреть, после чего тонкой струйкой влить молоко, поставить на огонь и довести до кипения, непрерывно размешивая. Кипятить на слабом огне примерно 5 минут, пока не начнет густеть. Тщательно размешать протертые овощи с молоком, посолить по вкусу.

Разлить в чашки или тарелки, отдельно подать взбитые сливки или сметану.

Суп-пюре молочный с морковью и рисом

1 л молока, 1 л воды, 9–10 шт. моркови средней величины, 150 г риса, ½ столовой ложки сливочного масла, 2 чайные ложки сахара, соль.

Нарезанную морковь положить в кастрюлю, добавить сливочное масло, сахар, горячую воду (3 стакана) и тушить в закрытой кастрюле. Когда вода выкипит, всыпать рис, налить молоко,

разбавленное наполовину водой, и варить под крышкой 25 минут. Затем все протереть, развести до желаемой густоты горячим молоком (примерно 1 стакан), посолить по вкусу, прогреть.

В готовый суп перед подачей на стол положить сливочное масло

Суп-пюре кабачковый

1½ стакана молока, 1–3 стакана воды или бульона, 2 кабачка, 3–4 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 150 г пшеничного хлеба для гренок, соль

Кабачки очистить, разрезать вдоль, удалить семена, нарезать поперек ломтиками, положить в кастрюлю, залить 1–2 стаканами воды или бульона и тушить на слабом огне, закрыв крышкой.

В другую посуду положить масло и муку, слегка обжарить на слабом огне, помешивая. Затем обжаренную муку развести тремя стаканами горячего бульона или воды, размешать венчиком, ввести тушеные кабачки, соль и кипятить 10–15 минут. После этого протереть сквозь сито, прокипятить, добавить в готовый суп 1 столовую ложку сливочного масла, влить горячее молоко, размешать.

К супу подать гренки из белого хлеба.

Суп-пюре можно заправить желтком, смешанным со сливками.

Суп-пюре из кукурузы

8 початков кукурузы, 2½ стакана молока, 100 г кукурузных хлопьев, 4 чайные ложки муки, 1½ столовой ложки сливочного масла, соль.

Початки кукурузы молочной спелости отварить в воде, зерна отделить и не охлаждая протереть сквозь сито.

Из кукурузного отвара, муки и сливочного масла *приготовить соус*. Для этого муку слегка спассеровать на масле и при непрерывном помешивании влить кукурузный отвар.

Горячий соус соединить с кукурузным пюре, добавить горячее молоко, соль и, помешивая, нагреть до кипения. При подаче в каждую тарелку с супом положить по кусочку сливочного масла. Кукурузные хлопья подать отдельно.

Суп молочный заварной с клубникой

1,5 л молока, 1 столовая ложка сахара, 400 г клубники, 1 яичный желток.

Яичный желток растереть с сахарным песком и залить кипящим молоком, нагреть, не доводя

до кипения, снять с огня, охладить, добавить протертую клубнику (1½ стакана) и целую (1 стакан). Подать на стол холодным.

Суп молочный с яблоками

1,25 л молока, 10 яблок, ½ стакана воды, 3 желтка, 4 столовые ложки сахара.

Яблоки нарезать дольками и опустить в кастрюлю с водой, в которой растворены 2 чайные ложки сахара. Яблоки тушить на слабом огне до готовности и остудить. Молоко вскипятить. Желтки растереть с оставшимся сахаром добела и залить закипевшим молоком (молоко вливать постепенно, все время размешивая массу). Когда молочная смесь остынет, залить ею яблоки.

СУПЫ С СЫРОМ

Суп сырный

220 г тертого сыра, 240 г сухарей, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 лавровых листа, 2–2,5 л мясного бульона, соль.

Мелко нарезанный лук поджарить на сливочном масле вместе с лавровым листом до золоти-

стого цвета, затем посыпать мукой и, помешивая, еще немного подержать на огне. Влить бульон и в течение 15 минут варить все на слабом огне, затем протереть через сито.

Смазать сливочным маслом маленькие кастрюльки для запекания (кокотницы), на дно их положить гренки, посыпать тертым сыром, разлить суп, прикрыть ломтиками сыра и поставить в духовку приблизительно на 20 минут. Сыр должен растопиться и образовать корочку.

Суп сырный с луком

100 г копченого сала, 3 головки репчатого лука, 2 столовые ложки муки, 200 г любого сыра, 2 желтка, 1 столовая ложка разведенной лимонной кислоты (или лимонный сок), 200 г сметаны 10%-ной жирности, 2 столовые ложки рубленой зелени укропа, соль, перец.

Нарезать сало кубиками, лук - кольцами, обжарить, добавить муку, развести водой, посыпать солью, перцем, тертым сыром и варить при помешивании до готовности.

В готовый, охлажденный до 60 °С, суп влить смесь яичных желтков со сметаной, разведенную лимонную кислоту. При подаче посыпать суп зеленью.

Суп луковый с сыром

200 г репчатого лука, 250 г тертого сыра, 200 г муки, 1 столовая ложка сливочного масла, 150 г ржаного хлеба, 1,5–2 л воды для бульона, соль

Луковый суп с сыром лучше томить в духовке в глиняных горшочках и в них же подавать к столу.

Лук тонко нарезать, положить в кастрюлю с кипящим маслом. Как только он приобретет золотистый цвет, всыпать муку и тщательно все перемешать. Постепенно добавить холодную воду. Помешивать до тех пор, пока бульон не посветлеет. Добавить еще воды и довести до кипения. Накрыть посуду и дать супу покипеть на слабом огне еще 30 минут. Процедить сквозь дуршлаг. В горшочки положить поджаренный ржаной хлеб, тертый сыр, залить супом и томить в духовке еще 30 минут.

Суп луковый со свиным салом и сыром

150 г сала, 1–2 головки репчатого лука, 200 г тертого сыра, 200 г подсохшего белого хлеба, 1 стакан сливок 10%-ной жирности, 1,5–2 л воды для бульона.

Ломтики сала положить в сотейник и обжарить так, чтобы из них вытопился жир. Как толь-

ко ломтики сала станут хрустящими, выньте их из сотейника и в вытопившийся жир положите нарезанный кубиками лук, убавьте огонь и тушите его до тех пор, пока он не превратится в пюре. Посолите и залейте водой. Доведите до кипения и варите в течение 30 минут. Добавьте соль по вкусу.

Одновременно нарежьте подсохший хлеб на 20 тонких ломтиков. Посыпьте ломтики хлеба тертым сыром и положите в казан и на тушеную. Полейте каждый ломтик столовой ложкой сливок, положите сверху кусочки свиного сала и вновь посыпьте сыром, полейте сливками, положите сало и уложите второй слой. Затем уложите таким образом третий и четвертый слои. Посуда должна быть заполнена до середины. Залейте луковым супом и поставьте в горячую духовку на 5 минут. После этого разлейте в тарелки и подавайте на стол.

Суп с картофелем и сыром

2 стакана любого овощного отвара, 2 стакана молока, 300 г картофеля, 200 г сыра (можно брынзу), 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 1 головка репчатого лука, соль, тмин.

Очищенный и нарезанный кубиками картофель залить овощным отваром и варить в течение 10–12 минут, добавив щепотку соли. Приготовить светлую пассеровку из сливочного масла (20 г), мелко нарезанного лука и муки, развести ее молоком и прибавить к сваренному картофелю. Суп посолить по вкусу, заправить тмином и довести до кипения, затем снять с огня и положить оставшееся сливочное масло.

Перед подачей на стол распределить накрошенный сыр по глубоким тарелкам и залить горячим супом. К супу подать ломтики подсушенного хлеба.

Суп овощной с сыром или брынзой

1,5 л воды или бульона, 300 г сыра или брынзы, 200 г моркови, 600 г картофеля, 2 головки репчатого лука, соль

Морковь очистить, натереть на крупной терке, лук нашинковать. Лук и морковь спассеровать на растительном масле, картофель очистить, нарезать мелкими кубиками и положить в кипящую воду. К сваренному до полуготовности картофелю добавить измельченный сыр или брынзу, пассерованные овощи, соль и, доведя до кипения, убавить огонь и варить еще 5 минут.

Перед подачей на стол заправить суп зеленью петрушки или укропа.

Бульон с сырными лепешками

1 л бульона.

Для лепешек: *4 белка, 200 тертого сыра, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, соль, 2 столовые ложки растительного масла*

Яичные белки взбить, добавить соль и замесить тесто из муки, тертого сыра, мелко нарезанной зелени.

В разогретой с жиром сковороде испечь из приготовленного теста лепешки. Горячими подать их к разлитому в чашки бульону.

Бульон с сырными клецками

1 л мясного или овощного бульона, 2 столовые ложки рубленой зелени укропа.

Для клецек: *100 г тертого сыра, 100 г молотых белых сухарей, 1 яйцо, красный молотый перец, соль.*

Взбить яйцо, добавить сыр, белые сухари, красный перец, соль. Ложкой опускать в бульон небольшие клецки и варить на слабом огне до

тех пор, пока не всплывут. Подавать бульон, посыпав мелко нарезанной зеленью.

Суп с мясом и сыром

600 г мяса, 100 г швейцарского сыра, 4 яйца, 1 черствая городская булка

Сварить мясо без костей в до готовности. Процедить бульон. С черствой булки срезать корку и натереть булку на терке. Желтки сваренных вкрутую яиц раскрошить вилкой. Сыр натереть. Все это хорошо перемешать, разбавить небольшим количеством бульона и вылить смесь в бульон. Варить суп 30 минут. Перед подачей добавить в него вареное мясо, нарезанное мелкими кусочками.

Суп «Минестра»

2 л воды, 250 г моркови, 250 г белой фасоли, 300 г картофеля, 300 г свежих помидоров, 250 г зеленого горошка, 2 корешка сельдерея, 3 головки репчатого лука, 2 столовые ложки рафинированного оливкового (кукурузного или другого растительного) масла, 150 г макарон, 1 стакан натертого швейцарского или другого твердого сыра, зелень эстрагона, соль, черный перец.

Морковь и картофель очистить, вымыть и нарезать кубиками, лук мелко нашинковать.

Морковь, фасоль (предварительно замоченную в воде на сутки), картофель, помидоры, горошек, сельдерей и соль положить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения и варить на слабом огне 1 час. Разогреть 1 столовую ложку растительного масла и поджарить на нем лук до золотистого цвета. За 15 минут до снятия с огня добавить в суп половину порции сыра, обжаренный лук, предварительно отваренные макароны, положить соль и перец по вкусу, добавить растительное масло и зелень эстрагона. К столу суп подавать горячим. Отдельно подать тертый сыр.

Зеленый суп с сыром

4 стакана бульона, 250 г стручковой фасоли, 2 стебля лука-порея, 1 головка репчатого лука, ½ небольшой головки белокочанной капусты, 1 кочан цветной капусты, ½ стакана масла, 100 г тертого голландского сыра, зелень петрушки, соль.

Сварить в небольшом количестве подсоленной воды перебранную и промытую стручковую фасоль, затем отцедить и размять вилкой. Добавить в пюре бульон и варить при слабом кипении.

Мелко нарезать лук порей, репчатый лук, белокочанную и цветную капусту, добавить масло и тушить 10 минут. Затем овощи положить в суп и варить до мягкости. Добавить мелко нарезанную зелень петрушки и тертый сыр. Если суп слишком густой, добавить еще немного бульона.

Суп швейцарский с хлебом и сыром

1 л мясного бульона или воды, 2 ломтика белого хлеба, 2 столовые ложки сливочного масла, 6-8 столовых ложек тертого швейцарского сыра, 1 стакан смеси молока и сливок, соль, тмин, перец, 2 столовые ложки мелко нарубленной зелени петрушки.

Ломтики белого хлеба нарезать кубиками и обжарить в сливочном масле. Добавить мясной бульон, тмин и поставить суп на небольшой огонь медленно кипеть в течение 10 минут. Затем добавить молоко и сливки, снять суп с огня и, осторожно помешивая, добавить в него сыр. Посолить и поперчить по вкусу. Посыпать зеленью и подать горячим.

Суп с сыром (французская кухня)

2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 1 л обезжиренного бульона, 1 ста-

кан сухого белого вина, 100 г тертого и 100 г нарезанного кубиками голландского сыра, 2 яичных белка, 50 г сметаны, зелень петрушки, перец, мускатный орех, чеснок.

В тонкостенной кастрюле растопить масло, добавить муку, все тщательно перемешать. Небольшими порциями вливать горячий бульон, продолжая перемешивать. Добавить вино, тертый чеснок, перец и мускатный орех. Довести все до кипения и добавить тертый сыр, продолжая помешивать. Как только сыр расплавится, разбить 2 яйца, отделить белки, взбить их со сметаной и добавить в суп, все опять хорошо размешать до однородного состояния. Добавить нарезанный кубиками сыр, мелко нарезанную петрушку.

Подавать суп горячим с небольшими кусочками обжаренного хлеба, тертым чесноком.

Вместо бульона можно добавить молоко.

Сырный суп с манной крупой

400 г свежих овощей (морковь, цветная капуста, зеленый горошек), 2 столовые ложки растительного рафинированного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 желтка, 40 г манной крупы, 3 столовые ложки тертого сыра, зеленый лук, зелень петрушки, соль.

Нарезанные овощи посолить, добавить растительное масло и тушить, затем залить мясным бульоном и варить с обжаренной на сухой сковороде манной крупой. Через 20 минут добавить смесь из масла, растертых желтков и тертого сыра. После этого суп не кипятить. При подаче добавить нарезанный зеленый лук и зелень петрушки.

Суп из колбасы, молока и сыра

1,5 л молока, 50 мл растительного масла, 1 луковица, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 столовая ложка горчицы, 100 г тертого сыра, 400 г чайной колбасы, соль

Луковицу мелко нарезать, обжарить в кастрюле с кипящим маслом, посыпать мукой и, помешивая, прогреть. Разбавить молоком, проварить, добавить томат-пюре, горчицу и сыр. Все опять проварить, добавить соль, нарезанную колбасу.

Суп молочный с рисом и брынзой

1 стакан воды, 1½ стакана молока, 2½ столовой ложки риса, 1 чайная ложка сливочного масла, 1 яйцо, ½ стакана измельченной брынзы, соль, черный молотый перец или зелень петрушки.

Всыпать в кипящую подсоленную воду промытый рис, довести до готовности и влить горячее молоко. Когда суп закипит, снять его с огня и положить сливочное масло.

Взбить яйцо, добавить брынзу, хорошо размешать и заправить суп.

Перед подачей суп посыпать черным перцем или мелко нарезанной зеленью петрушки.

БОРЩИ, ЩИ, ПОХЛЕБКИ, СУПЫ

Борщ полтавский с галушками

200 г куриного мяса, 1 свекла, 200 г свежей капусты, 400 г картофеля, 2 моркови, 1 луковица, 1 корень петрушки, 50 г шпика, 1 столовая ложка свиного жира, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки томата-пюре или 3–4 свежих помидора, 1 чайная ложка уксуса, лавровый лист, перец, сахар, соль

Для галушек: *½ стакана муки, 1 яйцо, ½ стакана воды, соль.*

Свеклу нарезать ломтиками, добавить соль, уксус, свиной жир и тушить до полуготовности. Нарезанные ломтиками морковь и корень петрушки, а также мелкой крошкой лук спассеровать с жиром, в конце добавить томат-пюре.

В кипящий бульон положить картофель, нарезанный кубиками, довести до кипения, добавить капусту, нарезанную шашками, и варить 10–15 минут. Затем добавить тушеную свеклу, пассерованные овощи, муку, специи и варить до готовности. Дать настояться в течение 20–25 минут. *Приготовление галушек.* В кипящую воду всыпать часть муки, хорошо размешать, снять с огня, охладить до 60 °С, добавить яйцо, оставшуюся муку и хорошо размешать. Тесто набирать столовой ложкой и опускать в кипящую воду, предварительно подсоленную, варить до готовности. Подавать к борщу со сметаной.

Борщ черниговский

250 г говядины, 300 г свеклы, 500 г свежей капусты, 40 г фасоли, 150 г кабачков, 400 г картофеля, 30 г корня петрушки, 70 г помидоров, 120 г яблок, 80 г репчатого лука, 40 г томата-пюре, 40 г жира, 60 г сметаны, зелень, специи, соль, сахар, уксус.

Свеклу нарезать соломкой, посолить, сбрызнуть уксусом, добавить жир из мясного бульона, сахар, томат-пюре и тушить до полуготовности. Фасоль варить отдельно. В бульон положить нарезанный кубиками картофель, нашинкован-

ную капусту, варить 15–20 минут, добавить поджаренные кабачки, нарезанные кубиками, отваренную фасоль, тушеную свеклу, пассерованные коренья и лук, нарезанные яблоки, свежие помидоры (дольками), специи и варить до готовности. При подаче полить сметаной и посыпать зеленью петрушки или укропа.

Борщ львовский

400 г костей, 150 г сосисок, 400 г свеклы, 400 г картофеля, 3 моркови, 1 цыпленка, по 1 корню петрушки, пастернака, сельдерея, 3 столовые ложки томата-пюре, 50 г жира, 100 г сметаны, 2 столовые ложки 3%-го уксуса, сахар, лавровый лист, перец горошком, соль.

Свеклу тщательно промыть и варить в кожуре до полуготовности. При варке свеклы добавить уксус. Очищенную свеклу нарезать соломкой и тушить вместе с томатом-пюре и жиром 25–30 минут. В сваренный из костей кипящий бульон положить нарезанный картофель и варить до полуготовности. Добавить тушеную свеклу, пассерованные коренья, репчатый лук, специи и довести до готовности. В готовый борщ влить процеженный свекольный отвар, по вкусу заправить специями.

При подаче в борщ положить вареные сосиски, сметану, зелень.

Борщ волынский

150 г говядины, 200 г свеклы, 500 г свежей капусты, 50 г моркови, 50 г корня петрушки, 20 г зелени петрушки, 50 г репчатого лука, 200 г свежих помидоров, 10 г сахарного песка, 60 г сметаны, специи, соль.

Очищенную свеклу сварить до полуготовности в подсоленной воде и нарезать соломкой.

В кипящий бульон положить нашинкованную капусту, подготовленную свеклу и варить 10 - 15 минут. Затем положить пассерованные на масле коренья, лук, припущенные и протертые свежие помидоры, лавровый лист, перец душистый и варить 5 - 7 минут.

При подаче в тарелку положить кусочек мяса, сметану и зелень петрушки.

Борщ закарпатский

500 г мяса, 100 г фасоли, 500 г квашеной капусты, 200 г свеклы, 100 г моркови, 100 г репчатого лука, 50 г корня петрушки, 25 г муки, 50 г сливочного масла, 50 г чеснока, соль, перец, лавровый лист.

Мясо отварить и вынуть из бульона. Фасоль предварительно замочить, а затем отварить.

В бульон положить квашеную капусту, вареную фасоль, нашинкованную свеклу, морковь, лук, петрушку и варить 20–25 минут. Муку спассеровать на сливочном масле и положить в борщ. Заправить борщ перцем растертым с помидорной пастой, довести до кипения и дать настояться.

Подавая на стол борщ, положить сметану и посыпать зеленью петрушки.

Борщ гуцульский

500 г картофеля, 500 г капусты, 100 г фасоли, 50 г сушеных грибов, 100 г моркови, 50 г корня петрушки, 100 г сметаны, 50 г сала, 200 г свеклы, 10 мл уксуса, 100 г томатной пасты, 10 г сахара, соль, перец

Предварительно замоченную фасоль отварить до готовности. Грибы промыть, отварить и нарезать соломкой. Капусту нашинковать.

В кипящую воду положить нашинкованную капусту, нарезанный картофель и варить 20 минут. Морковь, петрушку, лук мелко нарезать и спассеровать. Свеклу стушить с сахаром, уксусом, затем добавить томатную пасту.

В воду с капустой и картофелем положить фасоль, морковь, лук, петрушку, грибы, свеклу,

заправить солью, перцем и варить до готовности. Подавая на стол, положить сметану.

Борщ галицкий

100 г квашеной свеклы, 100 г свеклы, 100 г свежей капусты, 80 г картофеля, 20 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г репчатого лука, 15 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г растительного масла, 15 г сметаны, 100 мл свекольного кваса, лавровый лист, перец душистый горошком, соль, зелень.

Свеклу нарезать ломтиками и тушить с томатом-пюре и частью свекольного кваса. Одновременно слегка спассеровать с мукой нарезанные ломтиками петрушку, морковь и репчатый лук. Мелко нарезанные капусту и картофель положить в костный бульон и варить 10–15 минут. Затем добавить тушеную свеклу, пассерованные коренья, лавровый лист, душистый перец горошком и соль. За 10–15 минут до готовности влить оставшийся свекольный квас.

К столу подать со сметаной.

Борщ одесский

1 курица, 2 л бульона, ⅓ кочана капусты, 1 кольраби, 5–6 картофелин, петрушка, 1 морковь, 1 столовая ложка томата-пюре, 3 столовые

ложки жира, 1 столовая ложка муки, соль, перец, лавровый лист.

Курицу обработать, сварить. Процедить куриный бульон. Картофель промыть, очистить, нарезать ломтиками, положить в бульон. Как только бульон закипит, положить нашинкованную капусту, лук, морковь, петрушку, нарезанные соломкой и тушеные в жире с томатом-пюре и мукой, соль, перец, лавровый лист.

Борщ ялтинский

2 свеклы, 1 репа, 2 стебля лука-порея, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 1 луковица, 6 картофелин, 1 небольшой плотный кочан капусты, 2 томата, 1 чайные ложки муки, 6 столовых ложек сливочного масла, 1 стакан томата-пюре, 1 стакан сметаны, зелень петрушки и укропа, соль.

Картофель и все овощи, кроме капусты, нарезать и отварить в подсоленной воде. Кочан капусты разрезать на 12 частей, отварить в подсоленном кипятке и соединить с отваром остальных овощей. Добавить пассерованную на масле (2 столовые ложки) муку, довести до кипения, положить оставшееся масло, томат-пюре, сметану и снова довести до кипения.

Подать к столу, посыпав рубленой зеленью.

Борщ смоленский

1,2 кг огузка, 100 г свинины (передняя часть), 1 морковь, 1 корень петрушки, ½ корня сельдерея, 6–8 шт. свеклы средней величины, ½ стакана портвейна, 1 лимон, 1,5 л воды, соль.

Мясо вымыть и залить холодной водой. Когда бульон закипит, снять образовавшуюся пену, добавить нарезанные коренья и варить на слабом огне. Когда мясо будет готово, вынуть его и нарезать небольшими кусочками. Свеклу испечь до мягкости, нарезать мелкими кусочками, переложить в миску, добавить сок лимона и портвейн, влить в бульон, положить нарезанную свинину

Борщ селянский

10 г свиного сала, 60 г свеклы, 80 г свежей капусты, 60 г картофеля, 20 г фасоли, 15 г яблок (антоновки), 10 г моркови, 5 г корня петрушки, 15 г репчатого лука, 10 г сала-шпик, 10 г сливочного масла, 15 г томата-пюре, 50 мл свекольного кваса, 15 г сметаны, 5 г зелени петрушки и укропа, перец душистый горошком, лавровый лист, соль.

Свеклу нарезать соломкой и тушить с томат-пюре и свекольным квасом. В кипящий бу-

льон из свинины положить нашинкованную соломкой капусту, нарезанный кубиками картофель и варить до полуготовности. Затем добавить тушеную свеклу, спассерованные коренья и репчатый лук, предварительно замоченную и отваренную фасоль и варить до готовности. В самом конце варки добавить в борщ нарезанные кубиками яблоки, лавровый лист, душистый перец горошком и заправить салом, толченым с зеленью петрушки

При подаче положить в тарелку свинину, сметану, посыпать зеленью, отдельно подать 2–3 пампушки.

Борщ флотский

1,5 л костного бульона, 300 г бекона, 4 свеклы, 1 столовая ложка уксуса, 2 моркови, ½ корня петрушки, 1 луковица, 3 столовые ложки томата-пюре, 250 г капусты, 2 картофелины, 1 чайная ложка муки, 1 столовая ложка сахара, уксус, зелень, соль.

Отварить бекон в костном бульоне. Очищенную свеклу нарезать ломтиками и тушить в небольшом количестве жирного бульона с уксусом. Морковь, петрушку и лук нарезать ломтиками, слегка спассеровать с добавлением томата-пюре.

Капусту нарезать шашками, а картофель — кубиками.

В процеженный кипящий бульон опустить капусту, через 15 минут — пассерованные коренья, лук, картофель и варить еще 15 минут. Перед концом варки положить тушеную свеклу, пассерованную, развести мучным бульоном муку, приправить солью, сахаром и уксусом.

Перед подачей к столу влить в борщ процеженный, подогретый свекольный отвар. В тарелку положить кусок бекона, сметану и зелень.

Борщ московский

100 г говядины, 50 г ветчины, 50 г сосисок, 150 г мясных костей, 50 г костей от ветчины, 20 г топленого масла, 200 г свеклы, 100 г свежей капусты, 50 г моркови, 1 небольшой корень петрушки, 1 луковица, 30 г томата-пюре, 5 г сахара, 15 мл уксуса, 20 г сметаны, соль.

Из мясных костей и костей от ветчины сварить бульон. Капусту нарезать лапшой, морковь, свеклу, петрушку — соломкой, лук нашинковать. Морковь и лук пассеровать, свеклу с петрушкой тушить в смеси томата-пюре, уксуса, жира и небольшого количества воды или бульона. В кипящий костный бульон положить нашинкован-

ную капусту, довести до кипения и варить до полуготовности, затем добавить свеклу, пассерованные коренья, лук. Проварив 10–15 минут, заправить борщ сахаром, солью, если нужно — уксусом и довести до кипения.

Вареное мясо и ветчину, нарезанные кусками, сосиски, порезанные поперек, залить бульоном и довести до кипения. Мясные продукты положить в тарелки при подаче.

Борщ сибирский

200 г мясных фрикаделек, 150 г свеклы, 100 г свежей или квашеной капусты, 2 столовые ложки фасоли, 3 луковицы, 2 моркови, 1 корень петрушки, 3–4 зубка чеснока, 3 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка столового маргарина или топленого свиного сала, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка 3%-го уксуса, 2 столовые ложки сметаны, зелень, специи, соль.

Капусту, если она свежая, нарезать лапшой, морковь, свеклу, петрушку — соломкой, лук нашинковать. Отдельно отварить фасоль. Морковь и лук спассеровать, свеклу с петрушкой потушить в смеси томата-пюре, уксуса, жира и небольшого количества воды или бульона. В кипящую воду положить капусту, довести до

кипения и варить до полуготовности, затем добавить свеклу, пассерованные коренья, лук. Проварить 10 - 15 минут, заправить борщ сахаром, солью, если требуется — уксусом и довести до кипения. За 5 - 10 минут до конца варки положить отваренную фасоль, специи и чеснок. Затем в бульоне отварить фрикадельки и положить их в борщ. При подаче заправить сметаной.

Борщ белорусский

2 л воды, 100 г говядины, 200 г костей от ветчины, 80 г сосисок, 1 - 2 моркови, 1 небольшой корень петрушки, 1 цибулина, 2 столовые ложки томата-пюре, 3 свеклы, 1 картофелины, ½ столовой ложки муки, 2 столовые ложки сливочного масла, ½ столовой ложки уксуса, перец, лавровый лист, соль, сахар, сметана.

Из мяса и костей ветчины сварить бульон. Морковь, петрушку, лук нарезать и спассеровать на жире, добавить томат-пюре, муку и продолжать пассеровать еще минут 10. Свеклу отварить до готовности, очистить и нарезать соломкой. Картофель очистить, нарезать дольками, положить в кипящий бульон и варить 5 минут. Затем добавить вареную свеклу, пассерованные коренья и лук и варить 10 минут. Борщ запра-

вить солью, сахаром, уксусом, перцем, лавровым листом и дать прокипеть. Сосиски отварить.

При подаче к столу в тарелку положить кусок мяса, нарезанные сосиски, сметану и масло.

Борщ венгерский

2 л воды, 500 г говядины с костями, 4 свеклы, 1 луковица, 1 чайная ложка муки, 3 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана сметаны.

Отварить кости и мясо до полуготовности.

Половину свеклы помыть, очистить, нарезать соломкой, так же нарезать лук, потушить со сливочным маслом (2 столовые ложки). Муку пассеровать в оставшемся масле, развести бульоном. Остальную сырую свеклу натереть на терке, залить бульоном, закрыть кастрюлю крышкой и дать настояться. Мясо нарезать соломкой, положить в бульон вместе с тушеной свеклой, луком, пассерованной мукой и довести борщ до готовности. При подаче заправить сметаной и процеженным соком тертой свеклы.

Борщ чешский

2 л воды, 250 г говядины, 250 г свинины, 2 моркови, 1 корень петрушки, 3 свеклы, ¼ кочана белокочанной капусты, 2 корня сельдерея, 1 сто-

ловая ложка масла, 1 чайная ложка муки, 4 столовые ложки сметаны, соль.

Мясо нарезать кубиками, отварить в подсоленной воде. Свеклу помыть, очистить, нарезать ломтиками, положить в бульон, отварить до готовности.

Муку пассеровать на сливочном масле и развести бульоном, добавить нарезанную кубиками морковь, петрушку, сельдерей, капусту, немного потушить и положить в кастрюлю с мясом. Варить в течение 15–20 минут.

Подать со сметаной.

Борщ болгарский

2 л бульона из 0,5 кг костей и 300 г мяса, 5–6 картофелин, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 свекла, 1 баклажан, ¼ кочана капусты, 4 стручка болгарского перца, 1–2 стручка красного горького перца, 3 столовые ложки уксуса, 1 чайная ложка сахара, 3 столовые ложки жира, 1 столовая ложка муки, 2 помидора, 2 столовые ложки сметаны, соль, лавровый лист, черный молотый перец, зелень.

Свеклу, лук, морковь, петрушку нарезать в виде лапши, стушить в жире. Картофель и баклажан очистить, помыть, нарезать дольками,

положить в бульон; вскипятить. Добавить мелко нашинкованную капусту, тушеные овощи, сладкий и горький перец, свежие помидоры, нарезанные кусочками, дать покипеть минут 10. Муку поджарить и развести оставшимся бульоном, влить в борщ, заправить по вкусу солью, лавровым листом, сахаром, уксусом.

На вкус борщ должен быть кисло-сладким.

Подавать на стол со сметаной и зеленью петрушки и укропа.

Борщ польский

4 сушеных белых гриба, 2 л воды, 2 стебля лука-порея, 1 луковица, 1 морковь, ½ брюквы, 3 картофелины, 8 шт. свеклы, 6 столовых ложек масла, ½ стакана сока свеклы, 1 стакан сметаны, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль.

Грибы вымыть, замочить на два часа в холодной воде, настой процедить и отварить в нем грибы до готовности, нашинковать их. Овощи (за исключением свеклы) отварить и протереть. Свеклу испечь или отварить, нашинковать, соединить с отваром грибов и овощей, положить лавровый лист и прокипятить. Добавить рубленую зелень, сок свеклы, масло, сметану, соль и довести до кипения. К столу подать со сметаной.

Борщ из свиной грудинки со свеклой

100 г свиной грудинки, 150 г свеклы, 20 г репчатого лука, 10 г топленого масла, 5 г муки, 200 мл свекольного кваса, 200 мл воды, лавровый лист, черный горький перец, соль, зелень.

Свеклу нарезать соломкой, посолить, сбрызнуть свекольным квасом и перемешать.

Свиную грудинку нарезать кусочками по 15–20 г и обжарить на хорошо разогретом топленом масле на сковороде или в сотейнике вместе с нашинкованным репчатым луком и свеклой, затем смешать с поджаренной мукой, переложить в кастрюлю, залить свекольным квасом и водой и варить 1,5 часа. В конце варки добавить лавровый лист, черный горький перец и соль.

При подаче на стол борщ посыпать зеленью петрушки.

Борщ с фасолью

80 г свеклы, 40 г свежей капусты, 30 г картофеля, 25 г фасоли, 20 г моркови, 5 г корня петрушки, 20 г репчатого лука, 15 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г топленого масла, 5 мл 3%-ного уксуса, 5 г сахара, 10 г сметаны, лавровый лист, красный молотый перец, зелень, соль.

Фасоль и свеклу сварить отдельно до готовности. Коренья нарезать ломтиками, репчатый лук пашинковать и все вместе спассеровать с жиром и томатом-пюре. В кипящий бульон положить нарезанную капусту, довести до кипения, добавить нарезанные картофель, свеклу, пассерованные коренья и варить до готовности. За 5 минут до окончания варки положить в борщ фасоль вместе с отваром, лавровый лист, красный молотый перец и заправить солью, сахаром и уксусом.

При подаче в тарелку положить сметану и посыпать зеленью.

Борщ с консервированной фасолью и салом

50 г консервированной фасоли, 100 г свеклы, 50 г свежей или 40 г квашеной капусты, 60 г картофеля, 20 г моркови, 20 г репчатого лука, 10 г корня петрушки, 15 г томата-пюре, 10 г свиного топленого сала, 15 г сметаны, 5 г сахара, 5 мл 3%-го уксуса, чеснок, черный молотый перец, соль, зелень укропа.

Капусту нарезать шашками, картофель — кубиками, коренья и свеклу – соломкой и варить борщ обычным способом. За 10 минут до окончания варки положить в борщ консервирован-

ную фасоль и заправить чесноком, растертым с солью.

Борщ с уткой и говяжьей грудинкой

150 г копченой утки, 100 г грудинки, 100 г свеклы, 100 г свежей капусты, 20 г лука-порея, 20 г моркови, 5 г корня петрушки, 5 г корня сельдерея, 20 г репчатого лука, 20 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г топленого масла, 5 г сахара, 20 г сметаны, 2 г чеснока, 30 г сушеных белых грибов, лавровый лист, перец, кислота, соль, зелень.

Свеклу, лук-порей, коренья моркови, сельдерея и петрушки нарезать соломкой, репчатый лук нашинковать и все вместе спассеровать на топленом масле вместе с мукой.

Заложить в мясной бульон нарезанную соломкой капусту, слегка обжаренную утку, предварительно отваренную в бульоне до полуготовности говяжью грудинку, отваренные сушеные белые грибы и варить до готовности. За 5–7 минут до окончания варки борщ заправить спассерованным на масле томатом-пюре, толченым чесноком, лавровым листом, солью, перцем, сахаром и уксусом.

При подаче положить в борщ кусок птицы, сметану и посыпать зеленью.

Борщ с потрохами

120 г потрохов, 80 г свеклы, 100 г капусты, 80 г картофеля, 20 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г репчатого лука, 100 мл хлебного кваса, 15 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г топленого масла, 15 г сметаны, 5 г зелени петрушки, соль.

Очищенные и хорошо промытые потроха (желудок, шейку, крылышки, сердце, печень) залить водой и варить до готовности с добавлением половины кореньев. Бульон процедить, а потроха нарезать небольшими кусочками

Свеклу нарезать соломкой, добавить томат-пюре, соль, ¼ часть хлебного кваса и тушить до готовности. Коренья и репчатый лук нарезать соломкой и слегка обжарить вместе с мукой. В бульон положить нарезанный дольками картофель и нашинкованную капусту, довести до кипения, добавить подготовленную свеклу, коренья, хлебный квас, соль и варить до готовности.

При подаче на стол в тарелку положить потроха, сметану, зелень.

Борщ с репой

500 г говяжьих или телячьих костей, 100 г свеклы, 300 г картофеля, 200 г репы, 100 г репчатого лука, 100 г моркови, 3 столовые ложки тома-

та-пюре, 2 столовые ложки свиного сала или маргарина, 1 столовая ложка 3%-го уксуса, 2 столовые ложки сметаны, специи, перец, соль.

Говяжьи или телячьи кости тщательно вымыть, залить холодной водой и варить около часа. В готовый бульон положить нарезанные брусочками картофель и репу и варить до полуготовности. Затем добавить отваренную и нашинкованную соломкой свеклу, нарезанные и спассерованные на свином сале или маргарине репчатый лук, морковь, томат-пюре, специи, перец, посолить, добавить уксус, и варить на слабом огне до готовности

При подаче на стол заправить сметаной.

Борщ с кефиром

200 г говяжьей грудинки, 150 г картофеля, 100 г свеклы, 2 моркови, 3 луковицы, 2 корня сельдерея, 3 зеленых перца, 2 столовые ложки пшена, 3 столовые ложки сметаны, 3 столовые ложки томата-пюре, ½ стакана кефира, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень петрушки, 2 лавровых листа, 3–4 горошины душистого перца, горький черный и красный перец, соль, сахар.

Говяжью грудинку разрубить на куски по 40–50 г, залить холодной водой. До закипания сни-

мать пену и лишний жир. Хорошо промыть пшено и протушить, помешивая, в сотейнике до увеличения массы в 1,5–2 раза, добавить пшено в бульон, подсолить половиной нормы соли, положить сахар, корень сельдерея и варить 40–45 минут.

В отдельной посуде спассеровать 2 луковицы, свеклу, морковь, корень сельдерея и часть зелени в сливочном масле, в конце добавить томат-пюре. Полить овощи горячим бульоном и ввести их в кипящий бульон. Добавить картофель, зеленый сладкий перец и кефир, специи и лавровый лист, досолить по вкусу.

При подаче борщ заправить оставшимся рубленым репчатым луком и сметаной.

Борщ летний с грибами

500 г свежих грибов, 2 моркови, 2 свеклы с ботвой, 5 помидоров, 200 г картофеля, 3 луковицы, 2 корня сельдерея или петрушки, 2 столовые ложки сметаны, зеленый лук, перец, соль.

Нашинковать грибы, проварить 15 минут, добавить нарезанные свеклу и морковь, ботву свеклы и прокипятить еще 15 минут. Затем положить очищенные помидоры, репчатый лук, картофель, зеленый лук, сельдерей или петрушку, соль, пе-

рец и варить до готовности. Перед подачей на стол добавить сметану.

Грибной борщ

2 л воды, 50 г сушеных грибов, 200 г свеклы, 200 г капусты, 200 г картофеля, 100 г разных кореньев, 1 луковица, 1 столовая ложка томатной пасты, соль, сахар, лимонная кислота (или уксус), сметана по вкусу, зелень.

Грибы промыть, замочить в воде на несколько часов, затем сварить. В отдельной посуде поджарить в жире нарезанную соломкой свеклу, затем положить томатную пасту, залить небольшим количеством жидкости и тушить под крышкой, по мере необходимости доливая воду и следя за тем, чтобы не пригорело.

В грибной бульон опустить нарезанную соломкой капусту, картофель, добавить нарезанные и обжаренные коренья и лук и варить до мягкости овощей, добавить свеклу. Заправить по вкусу солью и кислотой. Отдельно к борщу подать сметану и мелко нарезанную зелень.

Борщ с грибами и кильками в томате

100 г сушеных грибов, 2 стакана фасоли, 400 г картофеля, 400 г капусты, 200 г свеклы, 1½

2 столовые ложки томатного пюре, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 морковь, 1 столовая ложка муки, 1 банка килек в томате, соль, перец, зелень, сметана.

Замочить в холодной воде фасоль и белые сушеные грибы. Через 2–3 часа выложить их в кастрюлю с водой и сварить до полуготовности. Потушить свеклу, корень петрушки и морковь, порезать кубиками и вместе с нарезанным репчатым луком слегка поджарить на подсолнечном масле, смешать с тушеной свеклой, поджаренной пшеничной мукой, добавить 1 – 1½ столовой ложки томатного пюре, развести бульоном и прокипятить. Добавить нарезанный кубиками картофель, пашинкованную капусту, выложить кильки, посолить, поперчить и дать закипеть.

Подавать со сметаной и зеленью.

Борщ с грибами и черносливом

300 г грибов, 200 г чернослива, 2 свеклы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 2 столовые ложки томата-пюре, зелень, лавровый лист, перец, соль

Чернослив промыть, залить грибным бульоном и варить 25–30 минут. Отдельно потушить

нарезанные соломкой свеклу, морковь, петрушку и лук, добавить томат-пюре. Влить приправу в бульон, заправить его лавровым листом и перцем, посолить и варить до готовности. Перед подачей на стол добавить сметану и зелень.

Борщ зеленый украинский

200 г костей, 2 свеклы, 200 г картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 пучок зеленого лука, 100 г щавеля, 100 г шпината, 1 яйцо, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка уксуса, 1 столовая ложка свиного жира, лавровый лист, сахар, соль, перец, чеснок.

Свеклу нарезать соломкой, посыпать солью, добавить уксус, жир, собранный с бульона, сахар, перемешать, положить в сотейник, тушить до готовности.

В кипящий бульон опустить картофель, нарезанный дольками, тушеную свеклу, пассерованные коренья, лук. За 10 минут до окончания варки положить мелко нарезанный щавель и зеленый лук, лавровый лист, перец, припущенный и протертый шпинат, варить до готовности. В конце варки в борщ можно добавить свежие помидоры. Готовый борщ заправить жиром, растертым с чесноком.

При подаче добавить сметану, посыпать зеленью, положить дольку яйца.

Борщ с грибами и свежей капустой

1 кг свеклы, 50 г грибов, 750 г капусты, 500 г картофеля, 250 г моркови, по 150 г брюквы и томата-пюре, 250 г репчатого лука и 120 г зеленого лука, 20–50 г сахара, 100 мл растительного масла, 3–4 столовые ложки уксуса, 5 лавровых листьев, 10 горошин перца, 120 г сметаны, соль.

Сушеные белые, предварительно намоченные грибы отварить и нашинковать, отвар процедить; свеклу нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, слегка обжарить на растительном масле, подлить к ней немного воды и тушить 1,5–2 часа; морковь, брюкву и репчатый лук также нарезать соломкой и жарить до полуготовности.

В кипящий грибной отвар положить нашинкованную капусту и варить 10–20 минут; туда же опустить обжаренные овощи и томат-пюре; прокипятить, посолить, добавить нарезанные кубиками или дольками картофель и грибы, кипятить 4–5 минут; положить в борщ тушеную свеклу, лавровый лист, душистый перец горошком и варить до готовности (8–10 минут), затем влить уксус и всыпать сахарный песок.

Подать на стол со сметаной и мелко нарубленным зеленым луком.

Постный борщ с грибами и квашеной капустой

120 г свеклы, 60 г квашеной капусты, 15 г белых сушеных грибов, 30 г репчатого лука, 15 г моркови, 5 г муки, 25 мл растительного масла, 25 г томатной пасты, перец горошком, лавровый лист, соль, зелень петрушки

Хорошо промытые сушеные грибы отварить до мягкости. Нашинкованные соломкой квашеную капусту, морковь, лук свеклу спассеровать, в конце пассерования добавить муку. Готовые овощи залить грибным бульоном, добавить томатную пасту, перец горошком и лавровый лист. Грибы порезать, обжарить в растительном масле, положить в борщ и варить все вместе 30 минут. Перед подачей подкрасить борщ тертой вареной свеклой и довести до кипения.

При подаче посыпать зеленью петрушки.

Борщ со свекольной ботвой (летний)

100 г свеклы с ботвой, 80 г картофеля, 20 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г репчатого лука

или лука-порея, 50 г кабачков, 40 г помидоров или 15 г томата-пюре, 10 г топленого масла, 5 мл 3%-го уксуса, 10 г сметаны, лавровый лист, черный молотый перец, соль, зелень укропа.

Коренья и лук нарезать ломтиками, стебли свеклы – кусочками по 2–3 см и все вместе спассеровать на топленом масле. Свекольные листья промыть и измельчить. Кабачки и картофель очистить от кожуры и нарезать ломтиками.

В кипящий овощной отвар или воду положить пассерованные овощи, довести до кипения, добавить листья свеклы, картофель и варить 15 - 20 минут.

За 7–10 минут до конца варки положить кабачки, помидоры, соль, лавровый лист, черный молотый перец и заправить борщ уксусом. При подаче на стол в тарелку с борщом положить сметану и посыпать зеленью.

Борщ из свекольной ботвы с сушеными грибами

10 г белых сушеных грибов, 100 г молодой свеклы с ботвой, 40 г картофеля, 20 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г лука-порея, 40 г свежих помидоров, 50 г кабачков, 10 г сливочного масла, 15 г сметаны, соль, специи, зелень.

Этот борщ готовят на отваре из картофеля и овощей. Коренья и свеклу нарезать ломтиками, а стебли свеклы — кусочками по 2–3 см и пассеровать с жиром 10–15 минут в закрытой посуде. Промытые листья свеклы измельчить. Кабачки и картофель нарезать ломтиками. В кипящий бульон положить спассерованные овощи, дать бульону вновь закипеть, добавить листья свеклы, картофель и варить 15–20 минут. За 8–10 минут до окончания варки положить нашинкованные вареные грибы, кабачки, помидоры, специи, соль.

Подавать борщ со сметаной и зеленью.

Борщ со шпинатом и щавелем

100 г свеклы, 25 г щавеля, 50 г шпината, 120 г картофеля, 10 г корня петрушки, 20 г моркови, 20 г репчатого лука, 5 г муки, 5 мл 3%-го уксуса, 15 г сметаны, 10 топленого масла, 2 яйца, зелень петрушки, душистый перец горошком, сметана, соль, сахар.

Свеклу нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, посолить, добавить бульон и тушить, пока она не станет мягкой. Репчатый лук, морковь, петрушку очистить, нарезать соломкой, слегка обжарить, добавить подсушенную муку, соединить со свеклой и тушить еще 8–10 минут.

Картофель очистить, нарезать большими кубиками, положить в кипящий бульон или воду, варить 10–12 минут, добавить тушеную свеклу с кореньями, луком и мукой, шпинат и щавель, соль, сахар, душистый перец и варить до готовности. При подаче положить в борщ сметану, вареные яйца и посыпать зеленью петрушки.

Борщ с ушками

100 г свеклы, 60 г капусты, 20 г моркови, 5 г корня петрушки, 20 г репчатого лука, 15 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г топленого масла, 5 г сахара, 5 мл 3%-го уксуса, 10 г сметаны, лавровый лист, красный молотый перец, зелень, соль.

Ушки: *20 г гречневой крупы, 15 г репчатого лука, 25 г муки, ½ яйца, 5 г сливочного масла, соль.*

Приготовить борщ обычным способом. Из гречневой крупы сварить кашу средней густоты и перемешать ее с мелко нарезанным пассерованным репчатым луком.

Замесить тесто из муки, воды, ½ яйца и соли, тонко раскатать и нарезать в форме ромбов размером 5×5 см. Края ромбов смочить оставшимся яйцом, затем на середину каждого уложить фарш из каши с луком и соединить края. Уложить ушки в сотейник или на сковороду, пред-

варительно смазав дно жиром, сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу. При подаче положить в тарелку с борщом уники, сметану и зелень.

Борщ днепровский

40 г рыбных консервов, 40 г белокочанной капусты, 10 г сладкого перца, 70 г картофеля, 5 г фасоли, 25 г свеклы, 10 г репчатого лука, 10 г моркови, 15 г томата-пюре, 5 мл 3%-го уксуса, 15 мл растительного масла, 5 г муки, зелень укропа, черный горький перец, лавровый лист, соль

В кипящую воду положить нашинкованные капусту и сладкий перец и варить до полуготовности. Затем добавить нарезанный дольками и обжаренный на растительном масле картофель, вареную фасоль с отваром, нарезанную соломкой и тушенную с томатом-пюре и уксусом свеклу, пассерованные морковь и репчатый лук, пассерованную муку, разведенную водой, рыбные консервы, посолить, ввести специи и довести до готовности.

Борщ постный с карасями

120 г карасей, 100 г капусты, 80 г картофеля, 60 г свеклы, 5 г белых сушеных грибов, 25 г фасоли, 10 г моркови, 10 г корня петрушки, 10 г кор-

ня сельдерея, 20 г репчатого лука, 15 г топленого масла, 15 г томата-пюре, 5 мл 3%-го уксуса, 5 г муки, лавровый лист, душистый перец горошком, соль, зелень петрушки и укропа.

Промытые сушеные белые грибы отварить до готовности, нашинковать, а отвар процедить. Фасоль замочить и отварить до полуготовности. Морковь, петрушку, сельдерей, репчатый лук нарезать соломкой и слегка обжарить. Свеклу нарезать соломкой и тушить до полуготовности вместе с томатом-пюре и уксусом. В кипящий грибной отвар положить свеклу, нарезанный дольками картофель, коренья, нашинкованную капусту, грибы, фасоль с отваром, подсушенную муку, лавровый лист, соль, душистый перец горошком и варить до готовности.

В готовый борщ положить зелень, жареных карасей и довести до кипения.

Борщ со скумбрией

400 г скумбрии, 4 картофелины, 2 моркови, 1 свекла, 1 луковица, 3 столовые ложки томата-пюре, сметана, соль, зеленый лук

Скумбрию разделать. Из костей и головы приготовить бульон, процедить его. Сырую свеклу и морковь натереть на крупной терке, спассе-

ровать. Лук мелко нарезать и тоже спассеровать с добавлением томата-пюре. Филе рыбы, приготовленные овощи и нарезанный брусочками картофель опустить в кипящий бульон, варить до готовности.

При подаче в каждую тарелку положить кусочек отваренной скумбрии, зеленый лук и сметану.

Борщ холодный рыбный

550 г осетра, 200 г свеклы, 100 г моркови, 100 г соленых огурцов, 100 г зеленого лука, 1–2 яйца, 30 г укропа, 200 г сметаны, 30 мл уксуса, 10 г сахара, соль.

Свеклу и морковь нарезать кубиками и сварить отдельно. Отвар свеклы процедить и охладить.

Рыбу, нарезанную крупными кусками, сварить в подкисленной и подсоленной воде, вынуть и тоже охладить. Часть рыбного бульона смешать со свекольным отваром и нарезанными кубиками моркови, свеклы и солеными огурцами. Смесь заправить уксусом, солью и сахаром, положить в кастрюлю и охладить.

Сваренную и остывшую рыбу перед подачей разложить в тарелки, залить холодным борщом.

К каждой порции добавить нарезанные кубиками крутые яйца, по 2 столовые ложки сметаны и мелко нарезанные укроп и зеленый лук.

Борщ холодный свекольный

150 г свеклы, 120 г картофеля, 50 г свежих огурцов, 1 яйцо, 15 г сметаны, 5 г сахара, 5 г зеленого лука, 2 г укропа, 150 мл свекольного отвара, 150 мл картофельного отвара, уксус, соль.

Половину свеклы испечь в духовом шкафу, а вторую половину очистить и отварить в подкисленной уксусом воде. Печеную свеклу очистить от кожуры и вместе с вареной нарезать соломкой, соединить с вареным, нарезанным дольками картофелем, залить смешанным отваром свеклы и картофеля и поставить в холодное место. После охлаждения добавить в борщ нарезанный зеленый лук, вареное яйцо, нарезанные ломтиками свежие огурцы, соль, сахар и все хорошо перемешать.

При подаче на стол в тарелку положить сметану и посыпать зеленью укропа.

Борщ холодный мясной

80 г говядины, 350 мл свекольного отвара, 100 г свеклы, 20 г моркови, 25 г зеленого лука, 50 г огур-

цов, 40 г сметаны, 1 яйцо, 5–8 мл 3%-го уксуса, 5 г сахара, зелень, соль.

Говядину сварить, бульон охладить, снять жир и процедить. В этом же бульоне сварить свеклу, процедить и охладить. Дальше готовить борщ так же, как и борщ холодный свекольный, добавив в тарелку нарезанные кубиками вареные мясо и морковь.

Борщ холодный по-днепропетровски

350 мл свекольного отвара, 100 г свеклы, 20 г моркови, 25 г зеленого лука, 50 г огурцов, 40 г сметаны, 1 яйцо, 5 г сахара, 5–8 мл 3%-го уксуса, зелень, соль.

Свеклу сварить, отвар процедить и охладить. Морковь также отварить. Затем вареные овощи и свежие огурцы нарезать соломкой. Сметану, нарезанное кубиками вареное яйцо, зеленый лук, зелень, сахар, соль соединить, добавить свеклу, морковь, огурцы, перемешать и влить охлажденный свекольный отвар и уксус (по вкусу).

Борщ холодный по-полтавски

500 г говядины, 250 г свеклы, 300 г щавеля, 500 г огурцов, 3 яйца, 100 г зеленого лука; 2 л хлебного кваса или простокваши, 200 г сметаны, соль.

Свеклу испечь в духовке, очистить и нарезать соломкой. Щавель перебрать, помыть и припустить в небольшом количестве подсоленной воды. Охладить и протереть через сито. Говядину отварить, нарезать небольшими кусочками.

В кастрюлю положить протертый щавель, нарезанную свеклу, очищенные нарезанные огурцы, вареные яйца, зеленый лук, залить простоквашей или хлебным квасом, посолить, заправить сметаной и охладить.

Подавать борщ с кусочками говядины.

Борщ криворожский холодный

2 л воды, по 200 г свеклы, картофеля, капусты, 3 столовые ложки фасоли, 50 г сладкого (болгарского) перца, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 морковь, 1 чайная ложка муки, 3 столовые ложки томата-пюре, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка 3%-го уксуса, 4 столовые ложки сметаны, зелень, соль, перец.

В кипящую воду опустить нарезанную соломкой капусту, довести до кипения, добавить нарезанный дольками картофель и варить 10–15 минут. После этого в борщ положить вареную фасоль с отваром, нарезанный соломкой слад-

кий (болгарский) перец, очищенную и нарезанную соломкой свеклу, тушенную с томатом-пюре, уксусом и растительным маслом, пассерованные морковь, петрушку, лук с мукой, разведенные небольшим количеством воды, и варить 7–10 минут. Борщ заправить солью, сахаром, перцем, дать прокипеть и охладить.

При подаче на стол в тарелку с борщом положить сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Борщ роменский холодный

2 л воды, 250 г свеклы, по 300 г картофеля и капусты, 3 столовые ложки фасоли, 15 г сушеных грибов, 1 морковь, 1 луковица, 1 столовая ложка томата-пюре, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка муки, 1 стакан свекольного кваса, 4 столовые ложки сметаны, лавровый лист, соль, перец, сахар, зелень.

Промытые грибы сварить до готовности, вынуть из бульона, промыть и нарезать соломкой.

В кипящий бульон положить нарезанную соломкой капусту, а после закипания — очищенный и нарезанный дольками картофель и варить 10–15 минут. Затем добавить печеную, очищенную и нарезанную соломкой свеклу, вареную фа-

соль с отваром, пассерованные на растительном масле морковь, репчатый или зеленый лук с томатом-пюре, подготовленные грибы, пассерованную муку, разведенную бульоном, свекольный квас и варить 5–7 минут. Борщ заправить солью, сахаром, перцем, лавровым листом и охладить.

При подаче на стол в тарелку с борщом положить сметану и нарезанную зелень петрушки или укропа.

Борщ холодный с фасолью

По 200 г свеклы и картофеля, 100 г капусты, 3 столовые ложки фасоли, 30 мл 9%-го уксуса, 100 г зеленого лука, 1 яйцо, ½ столовой ложки сахара, 4 столовые ложки сметаны, 5 стаканов хлебного кваса, укроп, соль.

Вымытую свеклу сварить неочищенной в воде с уксусом, очистить и нарезать соломкой. Картофель очистить, сварить и нарезать дольками. Капусту сварить в небольшом количестве воды и нарезать соломкой. Фасоль перебрать и сварить отдельно.

Подготовленные овощи и фасоль положить в готовый хлебный квас, добавить мелко нарезанный белок яйца, зеленый лук и укроп, запра-

вить сваренным желтком, растертым с сахаром и солью, сметаной и охладить.

Борщ холодный с щавелем

150 г свеклы, 100 г щавеля, 300 г огурцов, ½ стакана сметаны, 0,5 л простокваши, 2 яйца, 300 г редиса, 4 столовые ложки нарезанного зеленого лука, укроп, соль, сахар

Щавель перебрать, промыть, нарезать, положить в кипяток, сварить и охладить. Свеклу сварить в кожице, очистить и нарезать соломкой. В кастрюлю положить по половине щавель и свеклу, очищенные и нарезанные тонкими ломтиками свежие огурцы, влить простоквашу, добавить промытый, мелко нарезанный редис, зеленый лук, укроп, сметану и заправить солью и сахаром.

При подаче на стол в тарелку положить половину сваренного вкрутую яйца, разрезанного пополам, и залить холодным борщом. К борщу подать вареный картофель.

Борщ селянский холодный

2 л воды, по 400 г свеклы и картофеля, по 200 г свежих огурцов и сухофруктов, 2 яйца, ½ столовой ложки сахара, 4 столовые ложки смета-

ны, 1 столовая ложка уксуса, зеленый лук, зелень, соль.

Печеную свеклу очистить от кожицы, нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, дать постоять 2–3 часа и варить до готовности. Очищенный картофель нарезать кубиками и варить до готовности. Сушеные яблоки, сливы и вишни перебрать, вымыть и сварить до готовности в отдельной посуде. Отвары из картофеля и сухофруктов охладить, слить в одну посуду, положить туда вареные фрукты и картофель, подготовленную сваренную свеклу, нарезанные свежие огурцы, вареные нарезанные яйца и заправить солью и сахаром.

При подаче на стол в тарелку с борщом положить сметану, нарезанный зеленый лук и зелень укропа.

Борщ холодный из молодой свеклы

2 небольшие свеклы с ботвой, 2 огурца, 2 яйца, 2 стакана хлебного кваса, 4 столовые ложки сметаны, 4 столовые ложки нарезанного зеленого лука, зелень укропа и петрушки.

Промытую и очищенную свеклу сварить до готовности, вынуть из посуды и нарезать соломкой. В кипящий свекольный отвар положить на-

резанные стебли свеклы, немного нарезанных листьев и варить до готовности. Затем добавить подготовленную свеклу, охладить, залить хлебным квасом, добавить очищенные и разрезанные на дольки свежие огурцы, мелко нарезанный зеленый лук, зелень укропа и петрушки.

При подаче на стол в тарелку с охлажденным борщом положить нашинкованное крутое яйцо и сметану

Капустняк запорожский

500 г свинины, 650 г квашеной капусты, 500 г картофеля, 50 г пшена, 100 г репчатого лука, 100 г моркови, 50 г корня петрушки, 50 г жира, 10 г сахара, 30 г шпика, 80 г сметаны, соль, специи, зелень.

Свинину сварить до готовности и нарезать на порции. Картофель нарезать кубиками. Лук и коренья спассеровать на жиру. Отжатую квашеную капусту тушить с жиром до полуготовности. Шпик пропустить через мясорубку и растереть с частью сырого, мелко нарезанного лука и зеленью петрушки. В кипящий бульон положить картофель, перебранное и промытое пшено и варить 10–15 минут, затем добавить тушеную капусту и варить еще 10–15 минут. Перед окон-

чанием варки ввести пассерованные лук и коренья, растертый шпик, специи, соль.

Перед подачей в тарелку положить кусочек свинины и сметану.

Капустняк грибной по-гуцульски

500 г костей, 150 г грибов, 300 г квашеной капусты, 80 г репчатого лука, 20 г томатной пасты, 20 г пшеничной муки, 20 г перловой крупы, 150 копченой колбасы, 50 г сливочного маргарина, 60 г сметаны, зелень, специи.

Квашеную капусту тушить с добавлением бульона, маргарина и томатной пасты. Перловую крупу сварить до готовности. Грибы сварить в бульоне. Пшеничную муку и мелко нарезанный лук спассеровать на маргарине. Колбасу нашинковать соломкой. Подготовленные продукты смешать, залить бульоном и проварить.

Подавать со сметаной и нарубленной зеленью.

Капустняк украинский

800 г свинины, 800 г квашеной капусты, 500 г картофеля, 100 г репчатого лука, 100 г моркови, 50 г корня петрушки, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 100 г сала, 200 г сметаны, 50 г чеснока, 50 г зелени петрушки, соль, перец.

Свинину отварить до готовности, нарезать кусочками, а бульон процедить. Квашеную капусту посечь и стушить до готовности. Лук (50 г), морковь, петрушку спассеровать на сливочном масле, добавить пассерованную муку, разведенную бульоном.

В процеженный бульон положить нарезанный картофель, квашеную капусту, пассерованные овощи, сало растертое с чесноком, луком (50 г) и зеленью петрушки, добавить соль, перец и варить до готовности. Подавая на стол, в тарелку положить сметану.

Капустняк с грибами

700 г квашеной капусты, по 1 корню моркови, пастернака, сельдерея и петрушки, 100 г репчатого лука, 40 мл растительного масла, 400 г картофеля, 60 г сушеных грибов, 10 г сахара, лавровый лист, черный перец горошком, зелень петрушки и укропа.

Грибы промыть, размочить и сварить. Готовые грибы порезать на кусочки, а отвар процедить. В квашеную капусту добавить часть грибного отвара, сахар и тушить до полной готовности.

В оставшийся грибной отвар положить картофель, довести до кипения, положить капусту.

грибы, слегка обжаренные и нарезанные коре-
нья моркови, пастернака, сельдерея, петрушки,
лук, специи и довести до полной готовности.

Подавая на стол, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Капустняк с фасолью

2 л воды, 800 г квашеной капусты, 100 г фасоли, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 600 г картофеля, 50 г сметаны, лавровый лист, сахар, зелень, соль, перец

Фасоль замочить в холодной воде на 3 -4 часа, затем сварить до готовности и отвар слить. В отвар фасоли положить очищенный и нарезанный дольками картофель, варить 5 10 минут, добавить нарезанные соломкой пассерованные на сливочном масле морковь, петрушку, репчатый лук с томатом-пюре и дать закипеть. После этого положить тушеную до готовности с добавлением воды, сливочного масла и сахара квашеную капусту, вареную фасоль, заправить солью, сахаром, лавровым листом, перцем и дать прокипеть.

При подаче на стол в тарелку с капустняком положить сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

Капустняк с кашей

2 л воды, 700 г говяжьих костей, 800 г квашеной капусты, 1 небольшая луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, по 2 столовые ложки сливочного масла и свиного жира, 1 стакан гречневой крупы, соль, перец

Сварить бульон из костей с добавлением лука, моркови и петрушки. Хорошо отжатую квашеную капусту тушить с небольшим количеством бульона и жиром до готовности и заправить перцем и солью по вкусу.

Из слегка обжаренной гречневой крупы сварить кашу с добавлением сливочного масла.

При подаче на стол в тарелку положить тушеную капусту, залить горячим бульоном и отдельно подать кашу.

Щи из свежей капусты

500–700 г мяса с костью, 2 л воды, 700 г капусты, 2 картофелины, 1 репа, 2 моркови, 1 луковица, 2 свежих помидора, 2 столовые ложки жира, лавровый лист, перец, соль.

В открытой кастрюле на слабом огне поставить варить мясо с костью, периодически снимая накипь. Варить бульон 2–2,5 часа (до полуготовности). Капусту нарезать соломкой, опус-

тить в кипящий бульон. Когда бульон вновь закипит, положить в него нарезанный дольками или брусочками картофель, лавровый лист, перец, соль. Мелко нарезанные коренья и лук слегка обжарить в жире на сковороде, заправить ими щи и проварить в течение 15–20 минут. Помидоры положить в кастрюлю перед окончанием варки.

Щи деревенские

500 г говядины, 200 г кости, 500 г квашеной капусты, 2 моркови, 2 луковицы, 2 корня петрушки, 100 г шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка томатной пасты, ½ стакана сметаны, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки топленого масла, зелень петрушки, перец, соль.

Сварить бульон из говядины. Грибы отварить отдельно, но грибной бульон не выливать. Квашеную капусту промыть, залить грибным отваром, добавить томатную пасту, муку и тушить около часа в глубокой сковороде на небольшом огне вместе с обжаренными кореньями, луком и костями. Посолить и поперчить по вкусу.

Грибы, мясо, тушеную капусту переложить в кастрюлю, а еще лучше — в глиняный горшок

или чугунок, залить бульоном и варить до готовности.

Щи заправить мелко порезанным чесноком и зеленью петрушки. Сметану подать отдельно.

Щи из квашеной капусты

1,5 л воды, 500 г квашеной капусты, 1 морковь, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, по 1 столовой ложке томатной пасты и муки, соль

Морковь, петрушку, лук мелко нарезать и обжарить на растительном масле, не допуская изменения цвета. Добавить томат. Квашеную капусту положить в кастрюлю, добавить растительное масло и тушить около часа, потом добавить обжаренные коренья и тушить еще полчаса.

Муку прогреть на сковороде, смешать с водой, заправить ею щи. Хорошо добавить толченый чеснок. Кипятить 5–7 минут.

При подаче посыпать зеленью.

Щи суточные

200 г свиных копченых костей, 100 г ветчины, 500 г квашеной капусты, 2 моркови, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 100 г томата-пюре, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки муки,

2 столовые ложки жира, 2–3 зубка чеснока, лавровый лист, перец.

К мелкорубленой квашеной капусте добавить томат-пюре, ветчину, жир и тушить в течение 3–5 часов, периодически помешивая, чтобы капуста не подгорела. Коренья нарезать мелкими кубиками, лук – мелкой крошкой и спассеровать все с жиром.

Свиные копченые кости хорошо промыть и варить в течение 3–4 часов. Капусту залить бульоном и варить еще около 1 часа. За 30 минут до окончания варки добавить спассерованные коренья, лук, мучную пассеровку, разведенную бульоном, соль, перец, лавровый лист и варить при слабом кипении в закрытой посуде.

Готовые щи выдержать в течение суток, предварительно разлив их порционно в керамические горшочки. Перед подачей горшочки закрыть пресным слоеным тестом, смазанным яйцом, и запекать в жарочном шкафу в течение 10–15 минут. Подают щи в этих же горшочках. Отдельно можно подать сметану и мелко порезанный чеснок.

Щи сборные

3 л мясного бульона, по 150 г отварной говядины и курятины, по 100 г отварной ветчины и ва-

ренной колбасы или сосиок, 500 г квашеной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1–2 луковицы, 50 г топленого с пивного масла, 1 зубок чеснока, соль.

Квашеную капусту отжать, положить в сковороду и тушить со мелкосы. Лук, морковь и корень петрушки почистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить в ра с ретом с пивочном масле.

В кастрю по положить мясной набор, нарезанный небольшими кусками, залить процеженным горячим бульоном добавить капусту и обжаренные овощи дать вскипеть, заправить чесноком, растертым с зеленью и солью, посолить и варить на слабом огне в течение 10–15 минут.

Щи по-крестьянски

600 г свиных ребрышек, 100 копченой грудинки, 50 г сушеных грибов, 500 г квашеной капусты, 100 г картофеля, 1 луковица, 50 г пшена или ячневой крупы, сахар, зелень, перец, соль.

Обработать ребрышки, опустить в кастрюлю вместе с капустой. Добавить грибы, приправу, лук, картофель, соль, сахар, перец. Грудинку нарезать кубиками. Когда в кастрюле закипит масса, положить крупу и грудинку. Варить около часа. При подаче посыпать зеленью.

Щи из квашеной капусты с головизной

250 г головизны, 125 г квашеной капусты, 2 луковицы, 1 морковь, 1 репа, 1 столовая ложка сливочного масла, лавровый лист, зелень петрушки, черный перец, соль.

Голову осетровой рыбы нарубить на куски, удалить жабры, промыть, ошпарить, погрузить на 1–2 минуты в кипяток, снова промыть, положить в кастрюлю, залить водой и варить 1 1/5 часа. Затем головизну вынуть, отделить мякоть, панцирь выбросить, а хрящи продолжать варить еще 1,5–2 часа.

За 1 час до окончания варки положить в бульон тушеную капусту и пассерованные лук и коренья. За несколько минут до готовности щи посолить, положить пряности, заправить чесноком. При подаче посыпать зеленью.

Щи из свежей капусты с грибами

300 г грибов, 500 г капусты, 2 луковицы, лавровый лист, 1 столовая ложка муки, перец, соль.

Капусту мелко нашинковать и варить в подсоленной воде 30 минут. Грибы вымыть, очистить, нарезать и добавить к капусте. Варить еще

20 минут. Затем заправить поджаренной мукой, луком, лавровым листом, перцем, солью и довести до кипения.

Щи с фасолью

½ стакана фасоли, 2 головы, 1 стакан квашеной капусты, 6 столовых ложек сливочного масла, 2 столовые ложки томата-пюре, ½ чайной ложки сахара, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, ½ стакана сметаны, перец черный горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль

Фасоль замочить на 2–3 часа в холодной воде и отварить. В квашеную капусту положить масло, томат-пюре, сахар, влить немного горячей воды и тушить до мягкости. Незадолго до готовности положить обжаренные морковь, петрушку, лук и все перемешать. После этого капусту соединить с фасолью и ее отваром, заправить специями, солью и прокипятить. Подать со сметаной и рубленой зеленью.

Щи из свежей капусты с сушеными грибами

20–30 г грибов, 600 г капусты, 70 г репчатого лука, 30 г лука-порея, 80 г моркови, 20 г петруш-

ки, 60 г репы, по 30 мл растительного масла, то-
мата-пюре, сметаны, 15 г муки, перец, лавро-
вый лист, соль, зелень.

Сушеные грибы замочить в холодной воде, затем отварить и вынуть их шумовкой из бульона, а в него положить нашинкованную белокочанную капусту и дать закипеть; добавить поджаренные на растительном масле грибы, репу, коренья, нарезанные ломтиками, лук соломкой, посолить, варить на слабом огне 15–25 минут; поджарить муку с томатом-пюре и положить в кипящие щи, добавить черный перец горошком, соль и лавровый лист.

Подать на стол, заправив в тарелках сметаной и посыпав измельченной зеленью укропа и лука.

Щи кислые с грибами

500 г кислой капусты, 100 г свинины, 1 л воды, 100 г соленых или 30 г сушеных грибов, 1–2 луковицы, шпик или жир, 2 столовые ложки сметаны, зеленый лук, соль, тмин.

Капусту вместе со свининой варить в воде почти до полной готовности. Подготовленные грибы нарезать соломкой и тушить вместе с луком, добавив немного шпика или жира. Затем грибы

соединить с супом. Суп заправить солью и тмином. Подать со сметаной и измельченным зеленым луком.

Щи из квашеной капусты с грибами

2,5 л воды, 300 г квашеной капусты, 2 моркови, 2 цибули, 50 г сушеных грибов, 2 столовые ложки томатной пасты и растительного масла, 1 столовая ложка муки, 40 г сушеных грибов, перец горошком, лавровый лист, соль, зелень петрушки

Сушеные грибы замочить в холодной воде, отварить до мягкости, вынуть, остудить, мелко нарезать. Лук и морковь очистить, тонко нашинковать и пассеровать на растительном масле, добавить томатную пасту и квашеную капусту. Тушить 30 минут. К концу тушения добавить муку, разведенную грибным отваром, и перец горошком. Тушеную капусту соединить с грибами и влить грибной отвар. Положить измельченный чеснок, лавровый лист. Кипятить еще 10 минут. К готовым щам подать сметану.

Щи с грибами по-монастырски

30 г сушеных грибов, 300 г капусты, 250 г картофеля, ½ стакана перловой крупы, 2 моркови,

1 луковица, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, зелень, соль.

Грибы замочить на 3–4 часа, затем отварить и нарезать соломкой. Морковь натереть, лук нарезать и тушить со сливочным маслом и стаканом воды 15 минут, добавить в бульон с грибами. Затем опустить в бульон отдельно сваренную перловку, картофель, свежую нарубленную капусту, соль и варить до готовности.

Подать на стол, заправив сметаной и посыпав измельченной зеленью лука и укропа.

Щи летние

500 г мяса, 500 г шпината или крапивы, 200 г щавеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, ½ корня сельдерея, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки масла, 1 лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Сварить мясной бульон. Шпинат или крапиву перебрать, хорошо промыть, сварить в кипящей воде до мягкости, откинуть и протереть сквозь сито. Щавель перебрать и промыть, крупные листья разрезать.

Коренья и лук нарезать мелкими кубиками и слегка поджарить на масле, посыпав в конце жаренья мукой. Затем положить в кастрюлю про-

тертый шпинат, обжаренные коренья, перемешать, развести горячим мясным бульоном, добавить лавровый лист, перец и варить 15–20 минут. За 5–10 минут до окончания варки положить в кастрюлю листья щавеля и соль.

К щам рекомендуется подать сметану и сваренное вкрутую яйцо

Щи кислые летние

200 г свежей капусты, 2 стакана кваса, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2–3 зубка чеснока, 1 столовая ложка зелени, соль.

Морковь, петрушку и лук мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Свежую капусту разобрать на листья, ошпарить, мелко нарубить или пропустить через мясорубку, тушить без жира и развести квасом, добавить подготовленные овощи. Перед подачей щи посолить, посыпать зеленью и толченым чесноком.

Щи из свежей капусты с яблоками

500 г говядины с костью, 500 г свежей капусты, 3 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 2 яблока, 2 помидора, 2 столовые ложки свиного жира, перец, лавровый лист, зелень, соль.

Кости вымыть, очистить и сварить бульон. Капусту нашинковать; картофель, морковь, помидоры нарезать дольками, лук — полукольцами. В кипящий бульон положить капусту, затем картофель. За 10 минут до готовности добавить пассерованные морковь, лук и помидоры. За 3–5 минут до конца варки положить нарезанные дольками яблоки (очищенные от кожуры и семян), перец, лавровый лист, соль.

При подаче на стол щи заправить сметаной, посыпать мелко нарубленной зеленью.

Щи рахмановские

100 г осетрины, 200 г крупной частиковой рыбы, 200 г рыбной мелочи для бульона, по 1 корню петрушки и сельдерея, 2 луковицы, 200 г шпината, 100 г щавеля, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки сметаны, зелень, специи, соль по вкусу.

Из ершей или другой мелкой рыбы сварить бульон, в конце варки добавить белые коренья. Бульон слить и варить в нем целые звенья осетровой рыбы. Вареную осетрину нарезать на порционные куски. Рыбу частиковых пород разделать на филе, запанировать в муке и поджарить. Бульон, полученный при варке рыбы, процедить

и сварить на нем зеленые щи. В глиняный горшочек положить вареную и жареную рыбу, залить щами, довести до кипения и подать с яйцом, сваренным «в мешочек». При подаче в тарелку положить сметану.

Щи кислые по-русски

1 л бульона, 250 г [illegible] капусты, 1 луковица, 1 лавровый лист, 50 г [illegible] сала, 8 горошин душистого перца, 1 столовая ложка томата-пюре, по 1 столовой ложке сметаны в каждую тарелку, зелень.

Квашеную капусту и половину шинкованного лука тушить с лавровым листом, перцем (горошком) и топленым салом, добавить томат-пюре, влить литр бульона и варить до готовности. Перед подачей в каждую тарелку положить сметану и зелень.

Щи из квашеной капусты по-белорусски

500 г костей, 2,5 л бульона, 500 г квашеной капусты, 2 столовые ложки жира, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 морковь, 1 луковица, 2 чайные ложки муки, 2 лавровых листа, 8 горошин душистого перца, соль, петрушка, 2 столовые ложки сметаны.

Сварить бульон из костей. Квашеную капусту положить в кастрюлю, добавить немного бульона, жир, томат-пюре и тушить при закрытой крышке, периодически помешивая. За 10–15 минут до готовности добавить нарезанные соломкой пассерованные морковь, петрушку и лук.

В кипящий бульон положить тушеные овощи, через 20 минут добавить пассерованную муку, разведенную бульоном, перец горошком, лавровый лист, соль и варить до готовности.

При подаче на стол в щи добавить 2 столовые ложки сметаны и мелко нарубленную зелень.

Щи с ячневой крупой

2 л воды, 800 г свинины (шейная или реберная часть), 500 г квашеной капусты, 1 луковица, 1 морковь, 2 столовые ложки ячневой крупы, зелень, соль.

За 3 часа до приготовления натереть мясо солью. В холодную воду положить мясо, капусту, лук, морковь и промытую крупу. Варить все до мягкости. Мясо вынуть из супа, отделить от костей, поставить на стол в отдельной посуде или нарезанное кусочками опустить снова в щи. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. По желанию к щам можно добавить сметану или томат-пюре.

Необычные щи

1 кочан капусты (небольшой), 1 стакан пива, 2 бульонных говяжьих кубика, 1 столовая ложка муки, 2 стакана воды, 2 столовые ложки сливок, сливочное масло, соль, черный молотый перец.

Капусту нашинковать, потушить в масле, постоянно помешивая. Залить бульонные кубики кипятком, растворить по пачке, вылить в тушеную капусту. Держать в течение 1 часа на маленьком огне.

Муку с солью развести сливками, влить в суп тоненькой струйкой. Добавить пиво, проварить на огне еще в течение 10 минут. Подать щи горячими, заправив перцем.

Щи по-польски

500 г копченой свиной грудинки или свиных костей, 500 г белокочанной капусты, 1 луковица, 100 г жира, 1 столовая ложка муки, ½ стакана рассола квашеной капусты.

Сварить бульон из копченой свиной грудинки или из свиных костей. Бульон процедить. Капусту нашинковать, залить кипятком и варить под крышкой. Соединить с процеженным бульоном. Лук пожарить на сале, добавить туда же муку, посолить, поперчить и влить рассол кваше-

ной капусты. Соединить с бульоном. Если щи варились с грудинкой, нарезать мясо кубиками, положить в тарелку и залить щами.

Щи по-фински

2 л воды, 500 г баранины, 300 г свежей капусты, 50 г сала, 1 луковица, 2 картофелины, 50 г копченой колбасы, 1 зубок чеснока.

Капусту нарезать соломкой, положить на сковороду слоем толщиной с палец, переложить кусочками сала, закрыть сковороду крышкой и поставить в горячую духовку. Довести капусту до полуготовности. В кастрюлю положить нарезанную кусочками баранину, если она нежирная, добавить жир. Обжарить, добавить нарезанный лук, воду, подготовленную капусту и припустить. Когда мясо будет почти готово, опустить в суп нарезанные брусочками картофель и колбасу, рубленый чеснок. В готовый суп можно добавить сметану.

Щи на мясном бульоне (Израиль)

1 кг мяса, 1 кг капусты, 1 морковь, 1 луковица, 200 г картофеля, соль.

Мясо залить холодной водой, добавить морковь, лук, лавровый лист, варить на слабом огне в течение 40 минут, затем положить в щи картофель. Капусту нашинковать, прибавить к супу, варить 20 минут, если капуста свежая, и 40 минут, если квашеная.

Щи весенние

3 яйца, 2 столовые ложки зелени петрушки, 2 столовые ложки зеленого лука, 2 чайные ложки зеленого чеснока, 1 чайная ложка нарезанной мяты, 1 столовая ложка муки, 50 г сливочного масла, 3 стакана воды, укроп, соль.

Перебрать и мелко нарезать всю зелень. Положить в кипящую воду. Посолить. Муку развести уксусом, влить в щи. Довести до кипения, снять с огня, положить сливочное масло и сваренные вкрутую яйца, нарезанные кубиками.

Щи из клевера и щавеля

0,5 л мясного бульона или воды, 80 г картофеля, 50 г моркови, 100 г лука, 100 г клевера, 100 г щавеля, 1 яйцо, 25 г сметаны, соль.

В подсоленном мясном бульоне или воде сварить нарезанные картофель, морковь, половину

лука до готовности. Затем добавить измельченные клевер, щавель и варить на слабом огне до готовности. Заправить оставшимся пассерованным луком. Перед подачей на стол в тарелки положить кружочки сваренного вкрутую яйца, сметану.

Щи из крапивы

2 яйца, 500 г молодой крапивы, 100 г сливочного масла, 1 луковица, 2 стакана воды, 1 чайная ложка муки, 1½ стакана молока, 2 чайные ложки петрушки, соль, перец

Молодую крапиву перебрать, помыть, мелко нарезать. Лук репчатый измельчить, смешать с мукой, пассеровать с маслом, посолить и залить горячей водой. Довести суп до кипения. Перед тем как снять суп с огня, влить в него молоко. Яйца сварить вкрутую, охладить и нарезать кубиками. Смешать их с перцем, петрушкой. В глубокую тарелку налить щи и положить приготовленную смесь.

Щи зеленые

300 г молодой крапивы, 100 г щавеля, 1 морковь, 1 луковица, 1–2 пучка зеленого лука, 1 корень

петрушки, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 яйцо, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка муки, лавровый лист, соль, перец.

Крапиву вымыть, отварить в воде в течение 3 минут, откинуть на сито, а затем пропустить через мясорубку и тушить с жиром 10–15 минут. Мелко нарезать морковь, петрушку, лук и спассеровать на жире. В кипящий бульон (воду) положить крапиву, пассерованные овощи, щавель, зеленый лук и варить не менее 20–25 минут. За 10 минут до готовности добавить белый соус (пассерованную на жире муку, разбавленную сметаной), рубленое яйцо, лавровый лист, перец и соль.

Похлебка русская

500 г курицы, 100 г картофеля, 40 г лука, 75 г моркови, 75 г корня петрушки, 2 столовые ложки сметаны, 20 г чеснока, перец, лавровый лист, соль, зелень петрушки, укропа и сельдерея.

Сварить бульон, очистить и нарезать дольками картофель. Морковь, корень петрушки и лук обжарить до золотистого цвета. Нашинковать мелко чеснок, зелень петрушки, укропа, сельдерея. Вынуть из бульона курицу, разрезать ее на небольшие куски и опустить в бульон (если до-

бавить туда сердце, легкие, печень и куриную шейку, то похлебка станет еще ароматнее и вкуснее). Затем положить картофель, прокипятить, заправить морковью, луком, корнем петрушки, лавровым листом, перцем, чесноком и зеленью. Все вместе еще раз прокипятить

Похлебка грибная

500 г любых свежих грибов, 1 столовая ложка сушеных грибов, 5–6 картофелин, 1 луковица, 5 зубчиков чеснока, 3 лавровых листа, по 1 столовой ложке нарезанной зелени укропа и петрушки, 6 горошин черного перца, соль.

Картофель и лук тщательно промыть и очистить. Овощи нарезать кубиками. Сварить овощной бульон до готовности картофеля.

Сухие грибы размолоть в кофемолке. Свежие грибы тщательно очистить и промыть под струей проточной воды, а затем целиком заложить в похлебку, посыпать грибным порошком и продолжать варить похлебку еще 15 минут на среднем огне. За 10 минут до готовности добавить лавровый лист, петрушку, укроп, перец и нарезанный чеснок, посолить по вкусу. Дать похлебке настояться 10–15 минут под закрытой крышкой и подавать на стол очень горячей, можно до-

бавить в тарелку столовую ложку сметаны и посыпать нарезанным зеленым луком.

Похлебка грибная с перловой крупой

500 г свежих грибов (или 100 г сушеных), 4 картофелины, 70 г перловки, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 30 г масла, 3 корня петрушки, соль, перец, сметана

Сварить грибной бульон. Когда он будет почти готов, положить туда отваренную перловую крупу, обжаренные на масле лук и коренья, нарезанные мелкими кубиками картофель, нарезанный кубиками, и довести до полной готовности.

Перед подачей на стол добавить в каждую тарелку нашинкованные отваренные грибы и сметану.

Похлебка с курицей

500 г курицы, 200 г картофеля, ½ стакана риса, 100 г сушеных грибов, 2 луковицы, 60 г шпика, зелень, соль.

Грибы замочить на 2–3 часа, затем мелко нарезать. Налить в кастрюлю или глиняный горшок воду, засыпать промытое просо, положить курицу, грибы и лавровый лист. Когда птица слегка уварится, положить в похлебку нарезан-

ный кубиками картофель. Варить 10–15 минут. Обжарить лук и шпик до золотистого цвета и положить в похлебку в самом конце варки. Посолить и добавить мелко нарезанную зелень. Особенно вкусна похлебка с кулебякой или ржаным хлебом.

Похлебка картофельная с помидорами

8 картофелин, 8 помидоров, 1,5 л воды, 3 яичных желтка, 1 стакан молока или сливок, 6 столовых ложек масла, зелень петрушки и укропа, соль.

Картофель очистить, отварить и протереть. Помидоры отварить, протереть и смешать с картофелем. Полученную массу заправить смешанными со сливками желтками, маслом, солью и довести до кипения. После этого положить рубленую зелень.

Похлебка английская

4 картофелины, 100 г консервированной кукурузы, 1 луковица, 100 г брынзы, 2 столовые ложки растительного или сливочного топленого масла, 1 лавровый лист, соль, вода.

Отварить нарезанный кубиками картофель в подсоленной воде с лавровым листом. Через

15 минут лавровый лист вынуть, положить пассерованный на масле лук, кукурузу и варить еще 5 минут. Добавить тертую брынзу и размешать на слабом огне до растворения.

Можно подавать со сметаной.

Юшка картофельная с морковью

200 г моркови, 6 картофелин, 3 луковицы, 1,5 л воды, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 желток, зелень, соль.

Морковь и репчатый лук очистить, вымыть, нарезать соломкой и пассеровать на сливочном масле. Очищенный картофель нарезать дольками, положить в кипящий овощной отвар и варить 15 минут. После этого положить пассерованные морковь и лук, посолить и дать вскипеть. Готовую юшку можно заправить желтком.

Юшка картофельная с зеленым горошком

700 г картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 яйца (желток), ½ стакана зеленого горошка, ½ столовой ложки сливочного масла, ½ стакана сливок или молока, зелень, соль.

Морковь, петрушку и репчатый лук очистить, нарезать мелкими кубиками и спассеровать на сливочном масле. В кипящую воду положить

очищенный и нарезанный кубиками картофель, дать закипеть, добавить промытый свежий зеленый горошек, пассерованные коренья, лук и варить 15 минут. В конце варки юшку посолить и, сняв с огня, заправить смесью молока или сливок с желтками. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Юшка картофельная с кабачками

500 г говяжьих костей, 700 г картофеля, 200 г кабачков, 200 г помидоров, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 3 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки сметаны, 2 помидора, лавровый лист, зелень, соль, перец.

Из костей приготовить бульон и процедить. В кипящий бульон опустить очищенный и нарезанный дольками картофель, варить 3–5 минут, добавить очищенные и нарезанные дольками кабачки и варить еще 5–10 минут. После этого положить пассерованные, нарезанные соломкой лук, морковь и петрушку, нарезанные дольками свежие помидоры, посолить, заправить перцем, лавровым листом и варить 3–5 минут. При подаче на стол в тарелку с юшкой положить сметану и мелко нарезанную зелень петрушки или укропа.

Юшка картофельная с фасолью

½ стакана фасоли, 3 картофелин, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 2 моркови, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 листа лаврового листа, зелень, соль, перец

Фасоль перебрать, вымыть, положить в холодную воду, дать закипеть на медленном огне, а потом варить при очень слабом кипении до готовности.

Морковь и петрушку очистить, нарезать кубиками, а лук мелко нарезать и пассеровать на сливочном масле, опустить в кипящую воду и варить 15–20 минут. В конце варки положить вареную фасоль вместе с отваром, пассерованные коренья, лук, посолить, заправить перцем и лавровым листом. При подаче на стол юшку в тарелке посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Юшка картофельная с цветной капустой

400 г картофеля, 1 морковь, по 1 корню петрушки и сельдерея, 2 луковицы, 500 г цветной капусты, ½ стакана сливок или молока, 1,5 л воды, зелень, соль.

Морковь, корни петрушки, сельдерея и лук нарезать соломкой и пассеровать со сливочным

маслом. Очищенный картофель нарезать дольками, а цветную капусту разобрать на отдельные соцветия.

В кипящую воду опустить подготовленный картофель, варить 10 минут, добавить капусту, пассерованные коренья, лук и варить 7–10 минут. Перед подачей на стол в юшку посолить, добавить сливки или горячее молоко и перемешать. В тарелку положить мелко нарезанную зелень петрушки и укропа

Юшка грибная

400 мл куриного бульона, 50 г сушеных грибов, 2 луковицы, 30 г сливочного масла, 6 яиц, 100 г муки, черный перец, лавровый лист, зелень, соль.

Сушеные грибы промыть, залить холодной водой, оставить на 3–4 часа для набухания. Затем вновь промыть и варить до готовности. Готовый грибной бульон процедить. Грибы мелко нашинковать, добавить мелко нарезанный лук и пассеровать.

Из муки, воды и яиц замесить тесто, раскатать, нарезать на квадратики, на середину положить фарш из грибов с луком и защипать. Варить в кипящей подсоленной воде при слабом кипении 3–5 минут.

Соединить грибной бульон с куриным и осветлить. Изделия с грибной начинкой положить в порционную посуду, залить бульоном и посыпать рубленой зеленью.

Юшка по-охотничьи

200 г потрохов птицы, 200 г картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 пучок зеленого лука, 100 г пшена, зелень петрушки, перец душистый, лавровый лист, соль

Потроха варить до готовности. В кипящий бульон положить пшено, нарезанный кубиками картофель и варить до полуготовности, затем добавить пассерованные коренья, лук. За 5–10 минут до окончания варки добавить душистый перец, лавровый лист.

При подаче посыпать зеленым луком и зеленью петрушки.

Юшка овощная

1 кг говяжьих косточек, 100 г моркови, 100 г репчатого лука, 50 г корня петрушки, 100 г сливочного масла, 300 г сметаны, 30 г муки, зелень укропа, петрушки, перец, соль.

Говяжьи косточки промыть, залить холодной водой и отварить. Морковь, лук, петрушку мел-

ко нарезать и потушить со сливочным маслом и костным бульоном. Затем тушеные овощи протереть через сито и соединить с костным бульоном. Юшку заправить растертой со сметаной мукой, посолить и поперчить.

Подавать на стол, посыпав мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки

Юшка с потрошками

500 г потрошков, 500 г картофеля, 100 г сливочного масла, 50 г моркови, 100 г репчатого лука, 50 г корня петрушки, 30 г муки, 250 г сметаны, 50 г зелени укропа, соль.

Сварить юшку из потрошков домашней птицы, бульон процедить, положить в него нарезанный картофель, слегка поджаренные морковь, корень петрушки, лук и варить до готовности. Юшку заправить пассерованной мукой и сметаной. Подавать на стол с зеленью укропа.

Юшка с галушками по-полтавски

500 г картофеля, 100 г репчатого лука, 25 мл подсолнечного масла, перец, соль, лавровый лист, зелень укропа.

Для галушек: *250 г муки, 2 яйца, 400 мл воды.*

Картофель очистить, порезать и отварить. Затем в отвар положить гадушки, пассерованный лук, перец, соль, лавровый лист и варить 10–15 минут.

Приготовление галушек. Замесить пресное тесто из муки, яиц и воды. Раскатать его тонким слоем, порезать квадратиками

Юшка рыбная

1 кг живой рыбы, 100 г моркови, 50 г корня петрушки, 100 г репчатого лука, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки

В кипящую воду положить морковь, корень петрушки, лук и варить до готовности. Затем добавить почищенную рыбу, посолить, поперчить и варить 45 минут. Перед тем как снять юшку с огня, положить лавровый лист. На стол подавать с мелко нарезанной зеленью.

Юшка перловая с грибами

100 г сушеных грибов, ½ стакана перловой крупы, 500 г картофеля, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 луковица, 3 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана сметаны, 1 столовая ложка муки, 1 стакан свекольного кваса, 1,5 л воды, зелень, специи, соль.

Грибы промыть, залить 8 стаканами холодной воды и варить до готовности. Сваренные грибы промыть, нарезать мелкими кубиками, а отвар процедить.

В кипящий грибной отвар положить очищенный и нарезанный кубиками картофель, варить 10 минут, добавить сваренную отдельно перловую крупу, пассерованные на масле с добавлением муки нарезанные мелкими кубиками морковь, петрушку и мелко нарезанный лук, нарезанные грибы, перец, лавровый лист, сыекольный квас, посолить и варить 5 -7 минут

При подаче на стол юшку в тарелке заправить сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Юшка киевская

По 200 г говядины, телятины, курицы и ветчины, 100 г булки, ½ стакана сметаны, 2 яйца (желток), 1 морковь, 1 корень петрушки, ½ корня сельдерея, 100 г сливочного масла, 1 луковица, 2 л бульона, зелень, соль, перец.

Говядину и телятину отделить от костей, кости измельчить, залить холодной водой и варить вместе с подготовленной курицей. Сваренную курицу вынуть из бульона, отделить мясо от кос-

тей, кости продолжать варить вместе с другими костями 2–3 часа, после чего бульон процедить.

Сваренное куриное мясо соединить с телятиной и говядиной, ветчиной, очищенными и нарезанными морковью, петрушкой, сельдереем и все вместе два раза пропустить через мясорубку с частой решеткой. Полученную массу поджарить на сливочном масле, добавить размоченную в бульоне булку, хорошо перемешать, вновь пропустить через мясорубку, добавить процеженный бульон, посолить, положить душистый и горький перец, варить несколько минут и заправить сметаной, смешанной с сырыми желтками и сливочным маслом.

При подаче на стол юшку в тарелке посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Юшка крестьянская

500 г мяса с костью, ½ кочана свежей капусты, 6 картофелин, 2 моркови, 1 корень петрушки, ½ корня сельдерея, 1 луковица, 3 помидора, 1 столовая ложка свиного сала, 4 столовые ложки сметаны, 2 л воды, лавровый лист, соль, перец.

Из мяса сварить бульон. Очищенные и нарезанные кружочками морковь, петрушку, сельде-

рей и лук пассеровать на свином сале. В кипящий процеженный бульон положить капусту, нарезанную квадратиками, довести до кипения, добавить очищенный, нарезанный дольками картофель и варить 10–15 минут. После этого добавить пассерованные овощи, нарезанные дольками помидоры, перец, соль, лавровый лист и варить еще 5–7 минут.

При подаче на стол юшку в тарелке заправить сметаной.

Юшка картофельная с мясом

500 г мяса, 800 г картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки и сельдерея, 1 цибовица, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 л воды, лавровый лист, зелень, соль, перец.

Сварить бульон из мяса. Морковь, петрушку и сельдерей очистить, нарезать брусочками, а лук — соломкой и пассеровать на сливочном масле. В кипящий мясной бульон положить нарезанный ломтиками картофель, варить 10 минут, добавить пассерованные овощи, перец, лавровый лист, посолить и варить 5–7 минут. При подаче на стол в тарелку с юшкой положить кусок вареного мяса и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Юшка грибная с фасолью

5–6 сушеных грибов или 12 свежих грибов, 1 стакан фасоли, 500 г картофеля, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 2 л воды, соль.

Грибы промыть, залить холодной водой и варить до готовности. Сваренные грибы вынуть из бульона, промыть, нарезать, а в процеженный бульон положить сваренную почти до готовности фасоль вместе с отваром, очищенный и нарезанный дольками картофель, дать закипеть, добавить нарезанные грибы, посолить, варить до готовности картофеля и заправить пассерованным на растительном масле луком.

Юшка с фрикадельками

2 л бульона или воды, 800 г картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана риса, зелень, соль, перец.
Для фрикаделек: *600 г мякоти говядины, 2 ломтика хлеба, 1 яйцо, 1 луковица, соль, перец.*

В бульон или воду положить очищенный и нарезанный кубиками картофель. Лук и морковь очистить и нарезать, обжарить и положить в бу-

льон. Юшку можно заправить рисом. В конце добавить фрикадельки, прокипятить.

Приготовление фрикаделек. Мясо дважды пропустить через мясорубку с замоченным заранее и потом отжатым хлебом и репчатым луком, посолить, поперчить по вкусу, вбить яйцо, перемешать. Сковороду смазать маслом, разложить на ней мясные шарики величиной с грецкий орех и поставить на 5 минут в духовку.

Перед подачей посыпать зеленью петрушки и укропа.

Юшка сырная

200 г сыра, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень, черный молотый перец, 2 яйца, 2 столовые ложки сметаны.

Сыр натереть на терке, вбить яйца, добавить размягченное масло, мелко нарезанную зелень, перец, сметану. Все хорошо перемешать, добавить вымоченную и отжатую мякоть хлеба, снова перемешать. Сформовать шарики, обвалять в панировочных сухарях и отварить в бульоне.

Юшка молочная с галушками

500 г пшеничной муки, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 300 мл воды, 2 л молока, сахар, соль.

Из муки, яиц, сливочного масла и воды замесить тесто. Чайной ложкой сформовать из него небольшие галушки и положить их в разведенное водой кипящее молоко. Когда галушки всплывут, варить их несколько минут на слабом огне, затем добавить сахар и сливочное масло.

Рассольник с почками

300 г почек, 1,5 л мясного бульона, 2 корня петрушки, 1 корень пастернака, 1 корень сельдерея, 500 г картофеля, 1 головка лука, 100 г лука-порея, 3–4 соленых огурца, 3 столовые ложки топленого масла, 100 г сметаны, зелень

Почки очистить от жира и вымочить в холодной воде 4–6 часов, после чего ошпарить несколько раз кипятком и варить до готовности. Нарезать ломтиками. Бульон процедить. Петрушку, сельдерей и пастернак, картофель и репчатый лук мелко порезать. Все, кроме картофеля, обжарить в масле. В мясной бульон добавить отвар из соленых огурцов (из кожицы и сердцевины), картофель, затем обжаренные коренья, лук-порей, специи, очищенные и припущенные соленые огурцы, разведенную мучную заправку. Все кипятить 10–15 минут до готовности. Огурцы перед закладкой варить 5 минут с бульоном.

В готовый рассольник залить для придания вкуса полстакана огуречного рассола, заправить сметаной и зеленью.

Рассольник домашний

200 г говядины, 200 г свежей капусты, 400 г картофеля, 2 моркови, 1 корень петрушки, 2–3 пучка сельдерея, 1 луковица, 100 г лука-порея, 2 соленых огурца, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки масла, лавровый лист, зелень, перец, соль.

Капусту нарезать соломкой, картофель — дольками или брусочками, коренья и лук нашинковать и спассеровать на масле. Огурцы нарезать ломтиками и припустить.

В кипящий мясной бульон положить капусту, картофель, через 5–6 минут — спассерованные коренья и огурцы. За 10 минут до окончания варки заправить прокипяченным огуречным рассолом, лавровым листом, перцем, солью. При подаче положить в рассольник кусочек мяса, сметану, посыпать зеленью.

Рассольник с перловой крупой

200 г мяса цыпленка, 3 столовые ложки перловой крупы, 2 луковицы, 4–5 картофелин, по

2 корня сельдерея и пастернака, зелень петрушки и укропа, лук-порей, 3–4 зубка чеснока, 1 морковь, 1 репа, 3 столовые ложки сливочного масла, по 4–6 горошин черного и душистого перца, 2 лавровых листа, сахар, соль

Перловую крупу перебрать, промыть несколько раз горячей водой, воду слить, довести до готовности в сотейнике. Коренья и лук нашинковать, картофель нарезать брусочками.

В основной кастрюле приготовить бульон из мяса цыпленка с добавлением щепотки сахара. За время приготовления бульона спассеровать овощи, коренья и лук, полить их горячим бульоном и ввести в рассольник, добавив затем бланшированные огурцы и крупу. Посолить, добавить специи по вкусу, долить прокипяченный огуречный рассол и все вместе проварить еще 5 минут. Подать со сметаной и рубленой зеленью.

Рассольник с гречневой крупой

6 крепких соленых огурцов, 1 брюква, 1 морковь, 2 стебля лука-порея, 1 луковица, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 2 л воды, 3 картофелины, ½ стакана гречневой крупы, 6 столовых ложек сливочного масла, 1 стакан сметаны, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль.

Овощи и картофель нарезать кубиками и отварить, опуская их в следующем порядке: огурцы, брюкву, морковь, лук-порей, лук репчатый, корни сельдерея и петрушки, картофель. Затем положить гречневую крупу, лавровый лист и варить до готовности. Приправить маслом, сметаной, солью, рубленой зеленью и довести до кипения. Подать со сметаной.

Рассольник грибной

500 г грибов, 4–5 столовых ложек перловой крупы, 3 соленых огурца, 1 морковь, 1 корень петрушки, 3 л воды, 2 крупные луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

В кастрюлю налить растительное масло и на нем обжарить мелко нарезанный лук, грибы очистить, нарезать и добавить к луку, обжарить, залить кипятком и варить до готовности.

Отдельно сварить коренья, перловку и добавить к луку и грибам. Огурцы нарезать и тоже положить в кастрюлю. В конце варки заправить специями.

Рассольник с рыбными консервами

Консервы «Лосось натуральный», 3 соленых огурца, 1 луковица, 3 картофелины, 1 морковь,

1 корень петрушки, 1 зубок чеснока, 1 столовая ложка риса, 1 столовая ложка лимонной цедры, 30 мл растительного масла, 1 столовая ложка томатного пюре, 3 л и 1 стакан воды для ту-

Огурцы, коренья, лук нашинковать, влить масло, положить томат и тушить под крышкой. Когда будет готов рис, переложить продукты в кастрюлю с отваром, всыпать рис и варить до готовности, добавить отварной картофель и томатное пюре.

В конце варки положить консервы, лимонную цедру и измельченный чеснок.

Рассольник с потрошками

500 г потрошков, 3 л воды, 200 г соленых огурцов, 2 корня петрушки, 1 стебель сельдерея, 1 луковица, 1 морковь, 1 лук-порей, 400 г картофеля, 100 г щавеля или салата, 2 столовые ложки жира, 100 г сметаны, зелень, соль.

Подготовленные и тщательно промытые потроха домашней птицы нарезать кусками, залить холодной водой и отварить до готовности, отвар процедить. Мелко нарезать (соломкой) коренья и лук, слегка поджарить их, залить отваром и довести до кипения. Положить нарезанный кусоч-

ками картофель, пропарить 10 - 15 минут, добавить нарезанные ломтиками соленые огурцы и влить рассол, положить нарезанный щавель или зеленый салат, вареные потроха и прокипятить в течение 5–10 минут. Подать со сметаной и зеленью укропа.

Солянка сборная мясная

200 г говядины, 100 г вареной ветчины, 100 г сосисок, 150 г почек, 800 г мясных костей, 2 луковицы, 3–4 соленых огурца, 50 г каперсов, 100 г маслин, 100 г томата-пюре, 50 г сливочного масла, 150 г сметаны, ½ лимона, зелень, перец, лавровый лист, соль.

Лук нашинковать и спассеровать с маслом и томатом-пюре до готовности. Соленые огурцы очистить от кожицы, удалить семена и нарезать поперек ломтиками толщиной 2–3 мм и припустить. Каперсы перебрать, маслины вымыть. Готовые мясные продукты нарезать тонкими ломтиками, а очищенный лимон - кружочками.

В кипящий концентрированный бульон положить лук, спассерованный с томатом, огурцы, каперсы, мясные продукты, лавровый лист и варить 5–10 минут. При подаче добавить маслины, ломтик лимона, зелень, сметану.

Солянка сборная мясная любительская

85 г языка, 100 г говяжьего сердца, 10 г говяжьих почек, 70 г вымени, 100 г репчатого лука, 100 г соленых огурцов, 50 г каперсов, 50 г маслин, 30 г томата-пюре, 30 г сливочного масла, ⅛ лимона, 40 г сметаны, соль.

Язык, сердце и почки сварить и нарезать тонкими ломтиками. Шинкованный лук и томат-пюре спассеровать. Соленые огурцы нарезать наискось в виде ромбиков. Затем в кипящий бульон опустить пассерованные лук и томат, огурцы, каперсы вместе с рассолом, подготовленные язык, сердце и почки и варить 10–20 минут.

В тарелки положить маслины, кружочек очищенного лимона, сметану и зелень.

Солянка «Скромная»

200 г риса, 4 луковицы, 4 зубка чеснока, 600 г цуккини, 2 банки томатов, 500 г копченых колбасок, 8 столовых ложек оливкового масла, перец, 1,5 л бульона, 2 банки фасоли.

Сварить рис в 0,5 л подсоленной воды (время варки 20 минут), откинуть на дуршлаг. Лук и чеснок мелко порубить. Цуккини разрезать вдоль пополам. Цуккини и колбаски нарезать ломтиками. Томаты откинуть на дуршлаг, сок

собрать мякоть измельчить. Потушить лук, цукини и колбаски в масле. Добавить чеснок, помидоры, томатный сок и приправить. Влить бульон, вскипятить, накрыть и варить 10 минут. Откинуть фасоль на дуршлаг, добавить в суп. Варить 5 минут. Разложить рис по тарелкам, разлить по ним суп.

Солянка украинская

300 г вареных или жареных телячьих почек, жареного мяса, отварной свинины, 60–70 г сала, 2 луковицы, 3 зубка чеснока, 3 столовые ложки томатной пасты, 3 соленых огурца, 10–20 г каперсов, 2 столовые ложки сметаны, лимон, красный молотый перец, зелень, соль.

Репчатый лук мелко порубить и обжарить с нарезанным кубиками салом. Чеснок натереть на мелкой терке. Отварные или жареные телячьи почки, жареное мясо, отварную свинину нарезать тонкими ломтиками, добавить томатную пасту, красный молотый перец, очищенные от кожицы и семян, нарезанные соломкой соленые огурцы, репчатый лук, обжаренный с салом, чеснок и потушить несколько минут. Затем влить немного бульона и проварить 5 минут. Солить по вкусу. В готовую солянку положить каперсы, 2–3 дольки лимона, мелко нарезанную зе-

лень петрушки или укропа. Сметану подать отдельно.

Солянка рыбная сборная

1,25 л рыбного бульона, 1 стакан огуречного рассола, 1 лимон, 500 г рыбного филе, 12 раков, по 250 г отварной [illegible] и свежей осетрины, 2 [illegible] огурца (или 10–12 корнишонов), [illegible], 2 столовые ложки каперсов, 12 [illegible], 1 головка соленых грибов, 1 морковь, [illegible] (корень и зелень), 10 горошин перца, [illegible], 2 столовые ложки укропа и немного [illegible], 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Рыбный бульон смешать отдельно прокипяченным огуречным рассолом, положить нарезанные соломкой морковь, петрушку и вскипятить на медленном огне. Мелко нарезанный лук и помидоры пассеровать на масле. Соленые грибы ошпарить, нарезать кубиками. Огурцы нарезать кубиками, свежую рыбу кусочками и вместе с нарезанными кусочками соленой рыбы, мякотью раков и пряностями добавить в бульон и поставить в духовку или на медленный огонь на 15 минут. Перед подачей на стол выжать в солянку лимонный сок, положить каперсы, маслины, зелень.

Солянка московская

200 г свежей семги, 200 г свежего судака, 200 г свежей (или соленой) осетрины, 500 г оливок, 2 столовые ложки томата-пюре, 3–4 белых маринованных гриба, 2–3 соленых огурца, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 15 маслин, ½ лимона, 1 стакан огуречного рассола, 1 столовая ложка каперсов, черный перец горошком, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль, 2 л рыбного бульона.

Мелко нарубленный лук положить в кастрюлю и обжарить на масле. Всыпать в эту же кастрюлю муку, влить бульон и огуречный рассол, хорошо перемешать и довести до кипения. Затем добавить нашинкованные грибы, каперсы, оливки (без косточек), лавровый лист и перец и снова довести до кипения.

Положить в кастрюлю ошпаренные куски подготовленной рыбы, припущенные с томатом-пюре и сливочным маслом огурцы и варить до готовности рыбы на слабом огне. Солянка должна иметь светлый, слегка красноватый бульон, острый вкус, запах рыбы и пряностей. В тарелки положить по куску каждого вида рыбы, залить их супом, добавить кружок лимона и рубленую зелень укропа и петрушки, маслины.

К солянке подать расстегаи с рыбой.

Солянка донская

300 г осетрины, 250 г говядины, 2 моркови, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 2–3 соленых огурца, 50 г каперсов, 100 г маслин, 200 г помидоров или 100 г томата-пюре, 50 г сливочного масла, ½ лимона, лавровый лист, зелень, перец, соль.

Нарезанные соломкой коренья и лук пассеровать с томатом-пюре. Соленые огурцы очистить от кожицы, удалить семена и нарезать ломтиками толщиной 2–3 мм, припустить до полуготовности. Каперсы перебрать, маслины вымыть, лимон очистить от кожицы и нарезать кружочками. Осетрину разделить по 3–4 кусочка на порцию. Хрящи варить до готовности, а затем нарезать.

В кипящий бульон положить куски рыбы, огурцы, каперсы, пассерованные коренья, лук и томат-пюре, добавить соль, перец, лавровый лист, нарезанные дольками свежие помидоры и варить в течение 5–10 минут.

В готовую солянку положить ломтик лимона и маслины, мелко нарубленную зелень.

Рыбная солянка с грибами

1 кг морского окуня или зубатки, 3,5 л воды, 8 белых грибов или 15–20 шампиньонов (можно сушеных или маринованных), 1 стакан квашеной

капусты, 1 соленый огурец, каперсы, рубленая зелень укропа и петрушки, 1 луковица, 2 столовые ложки муки, 5–7 горошин перца, огуречный рассол по вкусу, 12–15 маслин, соль.

Белые грибы или шампиньоны очистить, нарезать ломтиками и сварить до полуготовности. Нашинковать и спассеровать репчатый лук. Отдельно на сухой сковороде (без жира) обжарить до золотистого цвета муку и развести ее небольшим количеством воды или бульона. Соленые огурцы очистить от кожицы и нарезать тонкими ломтиками. Рыбу почистить и нарезать кусочками.

В грибной отвар положить сначала рыбу, через 5–7 минут квашеную капусту, огурцы, каперсы, лук, муку, лавровый лист и перец горошком. За 5–10 минут до готовности ввести процеженный огуречный рассол.

При подаче на стол в каждую тарелку положить ломтик лимона, маслины и мелко рубленую зелень.

Солянка сборная с осетриной

1,5 л рыбного бульона, 1 стакан огуречного рассола, 500 г рыбного филе, 250 г отварной соленой горбуши, 250 г свежей осетрины, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 2 помидора, 12 маслин,

100 г соленых грибов, 1 морковь, 1 корень петрушки, 10 горошин черного перца, 2 столовые ложки укропа, 1 столовая ложка зеленого лука, 1 лавровый лист, ½ лимона, 2 столовые ложки подсолнечного масла

Прокипятить очищенный рассол и влить его в рыбный бульон, довести до кипения. Нарезать соломкой морковь и корень петрушки, положить их в бульон, добавить лавровый лист и перец. Лук и помидоры мелко нарезать и пассеровать в растительном масле. Грибы ошпарить кипятком и нарезать. Огурцы нарезать мелкими кубиками, а свежую рыбу кусочками и положить в бульон, добавить пассеровку, грибы и соленую горбушу. Варить солянку на слабом огне около 15 минут. Перед подачей на стол выжать в нее лимонный сок и дать настояться 10 минут. Маслины и зелень положить в тарелки.

Рыбная солянка по-русски

500 г рыбы, 5 соленых огурцов, 1–2 луковицы, 2–3 свежих помидора или 2 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки нарезанной зелени, 2 столовые ложки масла.

Рыбу (желательно не мелкую и не костистую) очистить. Из костей и голов сварить буль-

ок. Филе нарезать на куски. Лук очистить, тонко нашинковать и слегка обжарить в кастрюле с маслом, добавить томат-пюре или помидоры, тушить 10 минут. Положить в кастрюлю куски рыбы, нарезанные огурцы. Влить процеженный бульон, посолить и варить 15 минут. В готовую солянку положить мелко нарезанную зелень укропа или петрушки.

Солянка «Матросская» с перловой крупой и кальмарами

200 г рыбного филе (судака, трески, мерлузы, окуня и др.), 100 г вареных кальмаров, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 1 сладкий стручковый перец, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка томата-пюре, 2–3 соленых огурца, 20–30 г каперсов, 2 столовые ложки перловой крупы, 7 маслин (без косточек), перец горошком, соль, зелень.

Репчатый лук, петрушку, сладкий стручковый перец мелко нарезать, спассеровать с жиром и томатом-пюре на слабом огне до мягкости. Соленые огурцы очистить от кожицы и семян, нарезать соломкой, добавить бульон и отварить до готовности. Кальмары очистить, сварить, охладить, нарезать соломкой. Филе рыбы нарезать

на порционные кусочки по 35–40 г. Перловую крупу залить кипятком, распарить на слабом огне в течение 2 часов, затем отцедить, положить в кипящую воду или рыбный бульон и варить около 20 минут. Добавить пассерованные овощи, каперсы и варить до готовности крупы, после чего ввести подготовленные огурцы, рыбу, лавровый лист, перец горошком, соль и варить до готовности рыбы. При подаче в тарелку с солянкой положить нарезанные кальмары, кружочек лимона, зелень.

Солянка грибная сборная

100 г свежих, 20 г сушеных, 70 г маринованных, 60 г соленых грибов, 300 г репчатого лука, 300 г соленых огурцов, 120 г маслин, 100 г каперсов, 100 г томата-пюре, 60 г сливочного масла, ½ лимона, 150 г сметаны, 2–3 лавровых листа, черный перец и соль по вкусу, небольшой пучок зелени петрушки и укропа.

Свежие грибы очистить, промыть, положить на 10–15 минут в кипящую воду, отцедить и нарезать. Сушеные грибы отварить отдельно и тоже нарезать соломкой. Лук мелко нашинковать, положить на сковороду с томатом-пюре и поджарить на сливочном масле. Соленые огур-

ды очистить от кожицы и семян, маринованные
и соленые грибы ошпарить и все нарезать соломкой. Подготовленные продукты положить в кипящий бульон и варить 10–15 минут. Затем добавить сушеные грибы, лавровый лист, черный перец, соль и дать закипеть. Ввести маслины без косточек, каперсы и снова проварить 5 минут.

Готовую солянку разлить в тарелки, положить сметану, по ломтику очищенного лимона и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Солянка с грибами и рыбой

400 г рыбного филе, 1 л воды, 1 луковица, соль, 4 горошины перца, 2 горошины душистого перца, 1 лавровый лист, 1 столовая ложка сливочного масла или маргарина, 200 г свежих белых грибов или шампиньонов, 1 столовая ложка муки, 1 соленый огурец, 1 кислое яблоко, укроп, 2–3 ломтика лимона, 2 столовые ложки сметаны.

Рыбное филе нарезать кусками, вместе с приправами опустить в холодную воду, варить. В разогретом масле протушить кружки лука, нарезанные соломкой грибы, соленый огурец и яблоко. Примерно через 10 минут добавить муку, как следует перемешать, подлить рыбный отвар вместе с кусками рыбы и варить на слабом огне

10 минут. Перед сервировкой добавить по вкусу соль, положить измельченный укроп, ломтики лимона и сметану. В солянку можно добавить также нарезанные помидоры или томат-пюре, которые надо тушить в жире вместе с грибами.

Солянка грибная с квашеной капустой

1,5 л воды, 6–8 шт. сушеных грибов, 2 стакана соленых грибов, 1 стакан лука, 3 стакана мелко нарезанной свежей капусты, 1 стакана квашеной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки томата-пюре, ½ стакана сметаны, 1 корешок сельдерея, 2 луковицы, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 помидора, 3 лавровых листа, 10 горошин черного перца, ½ лимона или ½ стакана клюквенного сока

Сухие грибы замочить на несколько часов, затем промыть и отварить. Когда сварятся, вынуть их, нарезать соломкой, вновь поставить варить, добавив морковь, петрушку, сельдерей, нарезанные соломкой. Свежую и квашеную капусту потушить вместе с помидорами и луком на масле до мягкости. Соленые грибы ошпарить, нарезать мелкими кусочками. Все соединить, добавить пряности и варить 15 минут на умеренном огне.

Готовую солянку заправить сметаной и соком лимона или квасом.

Уха

1 кг рыбы, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 3 л воды, перец горошком, лавровый лист, соль.

Рыбу необходимо выпотрошить, помыть, удалить жабры и внутренности. Положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить соль, лавровый лист, головку репчатого лука, коренья. Варить 1 час на маленьком огне.

Для ухи используется мелкая рыба. После того как рыба сварится, ее надо выбросить, а в бульон положить другую рыбу, более крупную и нарезанную большими кусками. Варить 10 минут. Бульон процедить через сито.

Уха по-рыбацки

1,5 кг рыбы, 3,5 л воды, 2 головки репчатого лука, петрушка, сельдерей, лук-порей, соль, перец.

Для того чтобы уха была клейкой, с мелкой рыбешки чешую счищать не надо. Выпотрошить, промыть рыбку и обязательно удалить жабры, иначе бульон будет горчить. Рыбу уложить в ка-

стрюлю, залить водой. Когда вода закипит, положить в нее коренья, репчатый лук (целый), посолить, снять пену и кипятить примерно час. Затем дать бульону отстояться и процедить его через марлю. В бульон положить более крупную рыбу и варить на маленьком огне еще полчаса. Затем разлить по тарелкам и в каждую положить мелко порубленную зелень петрушки, сельдерея, лука-порея.

Уха «Ассорти»

1 кг рыбы (щука, сиг, карп), 80 г сальца, 100 г репчатого лука, 1 чайная ложка молотого красного перца, соль

Рыбу почистить, тщательно вымыть, разрезать на небольшие куски и отварить в подсоленной воде. В отдельной посуде разогреть сальце, подрумянить в нем мелко рубленный лук, добавить молотый красный перец, положить туда отваренные куски рыбы, посолить. Через 5–6 минут залить рыбу ухой и варить до готовности.

Уха рыбацкая (двойная)

1 кг свежей рыбы, 2 -3 лавровых листа, молотый черный и красный сладкий перец по вкусу, соль.

Отобранную для ухи большую рыбу почистить, мелкую только выпотрошить. Тщательно вымыть всю рыбу. Мелкую рыбу нарезать небольшими кусками и опустить в марлевом мешочке в кастрюлю, в которой будет вариться уха, кипятить 30 минут, а затем вынуть мешочек и выкинуть мелкую рыбу. Большую рыбу разрезать на крупные куски и отварить в ухе без мешочка. Посолить, в конце добавить лавровый лист и перец.

Уха из рыбной смеси

1 кг разной рыбы, 150 г картофеля, 1 помидор, 1 стручковый перец, 50 г муки, 1 яйцо, 100 г репчатого лука, 1 столовая ложка молотого сладкого красного перца, соль.

Чем больше рыбы разных видов, тем вкуснее уха. Самый лучший вкус придает ухе свежий карп, потом щука, судак, а затем уже другая рыба. Почищенную и помытую рыбу разрезать на небольшие куски, положить в кастрюлю, добавить стручковый перец, нарезанные дольками помидор и мелкими кубиками картофель, посолить. Молотый красный перец можно добавить в готовую уху. Все это залить водой, добавить тертый на терке или мелко нарезанный лук и

варить 30 минут. Затем рыбу вынуть, овощи размять, процедить через сито уху и заварить в ней мелкие галушки, сделанные из муки и яйца. Из рыбы вынуть по возможности косточки и положить ее обратно в уху. На стол подать в горячем виде.

Уха рыбная с белым столовым вином

1 кг рыбы, 300 мл белого столового вина, 100 г репчатого лука, 150 г моркови, 80 г петрушки, 2 болгарских перца, 2 свежих помидора, 1 чайная ложка молотого красного сладкого перца, соль.

Лук, морковь, петрушку, болгарский перец и помидоры нарезать кружочками, посыпать красным перцем, посолить, залить водой и кипятить 15–20 минут. Почищенную, нарезанную кусками рыбу посолить, залить в отдельной посуде вином и оставить так на 15 -20 минут. Затем к рыбе добавить овощи, отвар и кипятить до готовности.

Уха ростовская

400 г судака, 600 г картофеля, 1 луковица, 1 корень петрушки, 300 г помидоров, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень, специи, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, удалить голо-
вы, плавники, хорошо промыть, удалить глаза и
жабры. Плавники и головы залить водой, посо-
лить и варить. Бульон процедить, положить в
него только картофель, лук-петрушку варить
10–15 минут, положить куски рыбы, помидоры,
специи и варить еще 10–15 минут. Перед подач-
ей положить сливочное масло.

Уха со сладким перцем

600 г рыбного филе (можно взять рыбы нескольких видов), 500 мл белого виноградного, 1 л мясного бульона, 2 луковицы, 300 г разноцветного сладкого перца, 2 столовые ложки растительного масла, 20 горошин черного перца, 2–3 лавровых листа, соль

Лук очистить, нарезать мелкими кубиками, потушить в масле. Затем влить мясной бульон, посолить, добавить лавровый лист, перец горошком и варить 10 минут. Сладкий перец разрезать, вырезать плодоножки, очистить от семян, вымыть, нарезать тонкой соломкой и выложить его в бульон. Варить около 10 минут, влить вино и снова довести суп до кипения. Рыбное филе обмыть в холодной воде, промокнуть салфеткой, нарезать небольшими порционными кусками,

положить в бульон и варить 10–15 минут под крышкой на слабом огне.

Уха по-венгерски

1,5 кг рыбы разных видов, 1 большой помидор, 2 стручка зеленого перца, 2 картофелины, 1 луковица, 2 горошины черного острого перца, 30 г паприки, 100 г сухой лапши, соль

Рыбу почистить, нарезать на кусочки и положить в кастрюлю. Зеленый перец очистить от семян, нарезать кружочками. С помидора снять кожицу, нарезать кусочками. Картофель очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, нашинковать. Сварить рыбу, положить картофель, лук, чуть позже помидоры, зеленый перец, посолить, поперчить, долить воду и варить в течение 40 минут. Вынуть кусочки рыбы, отвар процедить, сварить в нем лапшу, положить рыбу и подать на стол.

Простая уха из окуней и ершей

3 л воды, 600 г ершей, 600 г окуней, 2 луковицы, 500 г нерассыпчатого картофеля, по 3 зерна черного и душистого перца, лавровый лист, зелень, соль.

Рыбу вымыть, выпотрошить, снять филе с окуней. Все оставшиеся кости и головы, а также

всех ершей опустить в холодную воду, положить лук, зелень, пряности. Варить 2–3 часа, пока ерши не превратятся в кашу, а уха не уварится на треть. Тогда процедить, вскипятить, в малом количестве ухи отварить картофель. За 10 минут до отпуска, досолив, вскипятить уху и положить филе окуней, сварить.

Без оттяжки перелить в миску на вынутые филе и картофель процеженный бульон. Если ерши живые, то не надо класть специи, чтобы не заглушить натурального вкуса. Подать отдельно ломтики лимона без зерен и толченый чеснок.

Уха «Рядовая»

1,5 кг рыбы, 2 л воды, 2 луковицы, 1 морковь, зелень петрушки и укропа, 3 картофелины, 3 лавровых листа, 10 горошин черного перца, 2 чайные ложки соли.

Вскипятить воду, посолить, положить картофелины, предварительно разрезанные на четыре части, мелко нарезанный лук, головы и хвосты рыб, морковь, нарезанную соломкой, и варить на маленьком огне в течение 20 минут; снять пену. В бульон положить перец, лавровый лист, рыбу, вычищенную и нарезанную на крупные куски, варить ее 15 минут. В конце варки поло-

жить мелко нарезанную зелень петрушки и укропа. Снять с огня. Настаивать в течение 8–10 минут.

Уха домашняя из консервов

1 банка консервов (бычки в томате), 2 луковицы, 1 пучок зеленого лука, 2 лавровых листа, черный перец, укроп, зелень, соль

В кипящую воду положить нарезанный лук, черный перец, лавровый лист и варить 5–7 минут. Затем добавить консервы из банки и довести до кипения. При подаче на стол посыпать мелко нарезанным зеленым луком и укропом.

Уха холодная

1 кг свежей рыбы, 1–2 головки, 1 морковь, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 огурец, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, зеленый лук, укроп, перец горошком, сметана или майонез

Очищенную рыбу залить водой, варить, снимая пену, добавить нарезанные морковь и лук, соль, специи и продолжать варку на слабом огне до готовности. Вынуть рыбу из бульона, отделить от кожи и костей. Бульон процедить, охладить. Рыбу, яйцо и огурец нарезать маленькими

кусочками. Зеленый лук мелко нарезать, положить и супницу, растолочь, добавить сметану или майонез, влить немного рыбного бульона, размешать, затем влить остальной бульон и опустить приготовленные продукты, горошек, укроп. Уху подавать сразу, иначе продукты размокнут и суп будет невкусным.

Чорба из мелкой рыбы

400 г мелкой рыбы, 50 г лука порея или репчатого лука, 50 г сельдерея, 200 г картофеля, 100 г растительного масла, 1 лавровый лист, по 50 г лимона, уксуса, зеленой алычи (или 200 г сока кислой капусты), 20 г муки, 15 г соли, 10 г чеснока, 30 г петрушки, 50 г моркови, 50 мл вина, черный перец.

Лук, морковь и сельдерей очистить, вымыть и мелко нарезать. В горячем растительном масле тушить до мягкости сначала лук и морковь, а затем сельдерей. Затем добавить муку, черный перец, перемешать и залить горячей водой и вином. Когда чорба закипит, опустить алычу (если чорбу варят летом), лавровый лист, а через 15–20 минут добавить предварительно очищенную, вымытую и посоленную рыбу и варить около 30 минут. В конце варки чорбу заправить капу-

стным соком (если чорбу варят зимой) или соком лимона и посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Чорбу подают холодной или горячей. По желанию ее заправляют чесноком, растолченным с солью и уксусом.

Суп рыбный из консервов

1 л воды, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 морковь, 1 банка консервов, 2 столовые ложки риса, 1 столовая ложка растительного масла, 2 помидора, 2 столовые ложки сметаны, зелень, соль

Овощи, нарезанные тонкими ломтиками (петрушка, морковь) и кружочками (репчатый лук), слегка спассеровать в масле, добавить горячую воду, промытый рис, соль. Варить, пока рис не станет почти мягким, добавить рыбные консервы, часть измельченного укропа и зелени петрушки и еще раз довести до кипения. Перед подачей на стол готовый суп разлить по тарелкам, положить дольки помидоров и сметану, а также посыпать измельченной зеленью.

Суп из копченой салаки

1,5 л воды, 300 г копченой салаки, 4 картофелины, 1 луковица, 2 столовые ложки масла, соль,

перец зелень, 4 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки томата-пюре.

В кипящую воду опустить очищенные и нарезанные картофель и лук, добавить соль, перец и варить до готовности. Добавить в суп очищенное от костей и обжаренное в масле филе рыбы, масло и томат-пюре. При подаче положить в суп сметану, посыпать его мелко нарезанной зеленью.

Суп с судаком

0,5 кг судака, 1 луковица, 2 чайные ложки пшеничной муки, 2 чайные ложки растопленного сливочного масла, 2 крупных помидора, 2 столовые ложки густых сливок, 2 зубка чеснока, 3 столовые ложки измельченной зелени укропа, ½ чайной ложки черного молотого перца, 1 лавровый лист, соль.

Рыбу почистить и разделать, отложить голову и кожу и отделить филе от костей. Репчатый лук очистить и нашинковать тонкими полукольцами. Сложить в кастрюлю голову, кожу и кости, залить водой, добавить измельченный лук, зелень, лавровый лист и варить на слабом огне 25–30 минут. Полученный бульон процедить, заложить в него нарезанное порционными кусками филе и продолжать варить до полной готовности рыбы.

Отдельно в сковороде разогреть сливочное масло и спассеровать на нем муку до желтоватого оттенка, добавив 2 столовые ложки горячего бульона. Полученную заправку вылить в суп, добавить сливки, измельченный чеснок, нарезанные помидоры, соль, черный молотый перец и довести до кипения.

Готовый суп снять с огня, накрыть крышкой и дать постоять 7 - 10 минут.

Суп с морским окунем

0,5 кг морского окуня, 1 луковица, 2 чайные ложки пшеничной муки, 2 чайные ложки растопленного сливочного масла, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки густых сливок, ½ чайной ложки тимьяна, 3 столовые ложки измельченной зелени укропа, ½ чайной ложки черного молотого перца, 1 лавровый лист, соль.

Подготовленную рыбу тщательно промыть под холодной проточной водой, отложить голову и кожу и отделить филе от костей. Репчатый лук очистить и нашинковать тонкими полукольцами. Сложить в кастрюлю голову, кожу и кости, залить водой, добавить тимьян, измельченный лук, зелень, лавровый лист и варить на слабом огне 25 -30 минут. Полученный бульон

...пшеницу, заложить в него нарезанное порционными кусками филе, добавить томат-пюре и продолжать варить до полной готовности рыбы.

В сковороде разогреть сливочное масло и спассеровать на нем муку до желтоватого оттенка, добавив 2 столовые ложки горячего бульона. Полученную заправку вылить в суп, добавить сливки, соль, черный молотый перец и довести до кипения.

Готовый суп снять с огня, накрыть крышкой и дать постоять 7–10 минут.

Суп из камбалы

6–7 стаканов воды, 0,5 кг камбалы, 2 луковицы, 2 моркови, 1 небольшой корешок сельдерея, 1 корешок пастернака, 2–3 корня петрушки, 2 столовые ложки подсолнечного масла, 1 яйцо, уксус.

В подсоленную кипящую воду опустить лук, морковь, сельдерей, пастернак и петрушку, нарезанные крупными кусочками. Варить до тех пор, пока овощи не станут мягкими, а затем протереть сквозь сито. Пюре соединить с бульоном, добавить подсолнечное масло и рыбу, нарезанную небольшими кусочками. Варить до готовности. Перед тем как снять с огня, заправить яйцом и уксусом. Подавать холодным.

Суп из тунца с грецкими орехами и кизилом

0,5 кг тунца, 1½ стакана ядер грецких орехов, 2 небольшие луковицы, 3 столовые ложки сушеного кизила, 1 корень сельдерея, ½ пучка эстрагона, соль

Подготовленную рыбу промыть под холодной проточной водой и нарезать небольшими порционными кусками. Лук очистить, вымыть и нашинковать полукольцами. Очищенный и вымытый корень сельдерея мелко нарезать. Грецкие орехи растолочь в ступке. Сушеный кизил осторожно промыть в теплой воде.

Заложить рыбу в кастрюлю, добавить лук и корень сельдерея и залить холодной водой. Довести до кипения, удалить образовавшуюся пену, посолить по вкусу, отрегулировать огонь до умеренно слабого и варить примерно 30 минут. Готовую рыбу вынуть из бульона и положить в теплое место, чтобы она не остыла. В бульон всыпать сушеный кизил, предварительно вынув из него косточки, и толченые грецкие орехи. Довести до кипения и снять с огня. Зелень эстрагона хорошо промыть, стряхнуть воду и мелко нарезать.

Разложить в тарелки рыбу, полить бульоном с кизилом и грецкими орехами и посыпать измельченным эстрагоном. Подавать к столу горячим.

Суп рыбный со щавелем

1 кг свежей рыбы, 1,5 л воды, 200 г щавеля, 2 столовые ложки овсяных хлопьев, 1 морковь, соль, перец, 2 яйца, 2 столовые ложки масла, 4 столовые ложки сметаны, зелень.

Рыбу очистить, хорошо промыть, головы освободить от жабр. В воде сварить пассерованные коренья, затем опустить в нее рыбу и варить при слабом кипении. Готовую рыбу вынуть, опустить в суп промытый нарезанный щавель, засыпать овсяные хлопья, добавить соль, перец и варить. Готовый суп протереть через сито, еще раз вскипятить, добавить масло

Подавая суп на стол, в каждую тарелку положить по ½ вареного яйца, кусочки рыбы без кожи и костей, сметану и мелко нарезанную зелень.

Суп рыбный с огурцами

1,5 л воды, 400 г салаки, 2 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки перловой крупы, 2 столовые ложки масла, 1 соленый огурец, соль, молотый перец, лавровый лист, 4 столовые ложки сметаны, зелень петрушки.

Промытую крупу варить в воде до полуготовности, затем добавить очищенную и нарезанную

морковь, обжаренный в масле лук, нарезанный дольками картофель. Незадолго до готовности положить в суп рыбу, очищенную от костей и головы, соль, перец, лавровый лист, нарезанный соленый огурец. При подаче положить в тарелки с супом сметану и мелко нарезанную зелень.

Суп овощной с тыквой и сардинами

0,3 кг мороженых сардин, 100 г тыквы, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 помидор, 2 столовые ложки томата-пюре, 3 столовые ложки растительного масла, 2 корня петрушки, 1 столовая ложка мелконарезанной зелени укропа, соль.

Сардины разморозить, обработать, отрезать головы и хвосты. Морковь почистить, вымыть и натереть на крупной терке. Помидор ошпарить кипятком, снять кожицу и протереть через сито. Тыкву очистить от кожуры, удалить волокнистую ткань вместе с семечками и нарезать мякоть небольшими брусочками. Корни петрушки очистить, вымыть и измельчить.

Рыбные головы и хвосты заложить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения, после чего бульон процедить. В кипящий рыбный бульон положить морковь, репчатый

лук, корни петрушки и варить на слабом огне 12–15 минут. Затем добавить сардины, протертый помидор, растопленное сливочное масло и соль по вкусу. За 5 минут до конца варки положить в суп тыкву.

Готовый суп снять с плиты, заправить лимонным соком и посыпать измельченной зеленью укропа. Подавать к столу через 5–7 минут.

Суп с рыбной икрой и фасолью

300 г рыбной икры, 1½ стакана фасоли, 1 средняя луковица, 2 крупные моркови, 1 корень сельдерея, 4 столовые ложки томатного сока, 5 столовых ложек растительного масла, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, ½ чайной ложки черного молотого перца, соль.

Фасоль залить холодной водой, чтобы она ее только покрыла, и дать постоять около 8 часов (ночь). Затем ее промыть, залить свежей водой и варить на слабом огне 30 минут. За это время очистить лук и морковь и нашинковать небольшими кусочками. Корень сельдерея вымыть и измельчить. Фасоль вынуть из отвара и слегка отжать, затем положить в кастрюлю, добавить обработанную рыбную икру, лук, морковь, корень сельдерея, томатный сок, растительное мас-

ло и залить водой. Варить, периодически помешивая, на медленном огне до полной готовности рыбной икры и фасоли. За 10 минут до конца варки добавить черный молотый перец, соль и измельченную зелень укропа. Готовый суп снять с плиты и дать постоять 5–7 минут.

Суп крабовый с рисом

0,5 кг мороженого краба, 5 столовых ложек индийского риса, 1 морковь, 2 луковицы, 4 столовые ложки томата-пюре, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 2 крупных помидора, 1 лавровый лист, 7 зерен черного молотого перца, соль.

Крабов разморозить и отварить до готовности (около 5–7 минут) в подсоленной и подкисленной 2 столовыми ложками лимонного сока воде, а затем откинуть на дуршлаг. Морковь и лук нашинковать полукольцами. Корни сельдерея и петрушки мелко нарезать. Сложить в кастрюлю морковь, лук, лавровый лист, соль, перец, корни сельдерея и петрушки. Варить на слабом огне до готовности овощей. Затем вынуть овощи из бульона, заложить промытый рис и отварить в течение 15–20 минут. Положить в суп вареное мясо крабов, морковь, лук, нарезанные

дольками помидоры и заправить оставшимся лимонным соком. Готовому супу дать постоять под закрытой крышкой 5–7 минут. Подавать к столу горячим.

Суп с кальмарами

0,5 кг кальмаров, 5 столовых ложек индийского риса, 1 морковь, 2 луковицы, 1 столовые ложки лимонного сока, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 1 лавровый лист, ½ чайной ложки черного молотого перца, соль.

Вытянуть из-под мантий головы и щупальца кальмаров, удалить чернильные мешки и панцирь. Отрезать щупальца над глазами и удалить мелкие зубы между ними. Тело и щупальца кальмаров промыть под холодной проточной водой, натереть солью, еще раз промыть и нарезать кольцами. Морковь и лук нашинковать полукольцами. Корни сельдерея и петрушки мелко нарезать.

Сложить кальмаров в кастрюлю, залить водой, добавить морковь, лук, лавровый лист, соль, перец, корни сельдерея и петрушки. Варить на слабом огне до полной готовности кальмаров. Затем вынуть их из бульона вместе с овощами, заложить в него промытый рис и варить 15–20 минут. Положить в суп кальмаров и овощи и

заправить лимонным соком. Готовый суп снять с плиты и дать постоять под закрытой крышкой 5–7 минут.

Суп из свежих креветок

500 г креветок, 1 л воды, 125 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 50 г [illegible], 150 г простокваши или кефира, 2 яйца, зеленый лук, соль

Лук, морковь мелко нарезать и перетушировать на масле. Добавить промытые несколько раз холодной водой креветки, перемешать, залить водой. Варить 3 минуты, затем охладить и протереть через сито.

Сварить в подсоленной воде предварительно отобранные крупные креветки, шейки очистить и положить в протертый суп. Добавить небольшое количество очищенных, сваренных и нарезанных соломкой грибов. Заправить суп простоквашей или кефиром и яйцами, посыпать зеленью и перцем.

Суп грибной

500 г грибов, 1,5 л воды, 2 луковицы, 150 г риса или вермишели, 3 помидора, 30 г сливочного масла.

Грибы очистить, вымыть и мелко нарезать. Лук потушить, залить кипятком, поставить на умеренный огонь на 10 -15 минут. Добавить рис или вермишель и мелко нарезанные помидоры. Дать прокипеть 5- 10 минут, снять с огня, посолить, положить мелко нарезанную петрушку. В конце добавить сливочное масло. При подаче на стол в тарелки положить сметану и подать поджаренные гренки.

Суп из грибов с варениками

200 г говядины, 30 г сушеных белых грибов, 1 упаковка вареников с картофелем, 2 столовые ложки сметаны, веточка базилика, соль.

Сушеные грибы замочить на ночь или несколько часов в холодной воде. Затем хорошенько промыть и мелко порубить. Кости вымыть и очистить, сварить бульон. Измельченные белые грибы отваривать в горячем бульоне примерно 30 минут. Готовый бульон необходимо тщательно процедить.

Вареники с картофелем отварить отдельно в чуть подсоленной воде и разложить по суповым тарелкам. В эти же тарелки разлить горячий грибной бульон и украсить по желанию листочками базилика. К супу подать сметану.

Суп картофельный грибной с черносливом и изюмом

700 г картофеля, 100 г репчатого лука, 50 г сушеных грибов, 100 г чернослива, 100 г изюма, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка муки, лимона, зелень, соль.

Грибы очистить, вымыть и сварить бульон. Вареные и промытые грибы нашинковать. Репчатый лук мелко нарезать пассеровать на растительном масле до мягкости. Добавить просеянную пшеничную муку и пассеровать, помешивая, 5–8 минут. Соединить с грибным бульоном, добавить нашинкованные грибы, довести до кипения. Положить картофель, нарезанный кубиками, чернослив (замоченный), изюм. Варить до готовности картофеля. При подаче в суп положить лимон, зелень.

Суп грибной со свеклой

1 свекла, 2 моркови, 2 луковицы, 200 г сухих грибов, масло, сметана, перец, соль.

Свеклу и морковь очистить и натереть на крупной терке. Лук тонко нашинковать и обжарить на растительном масле, добавить натертую свеклу, морковь и тушить 15–20 минут, периодически помешивая. Предварительно замочен-

ные сухие грибы варить около 1 часа и нарезать соломкой. В тушеную свеклу с овощами влить грибной отвар, добавить грибы, соль, перец и довести до кипения. Перед подачей на стол в тарелки положить сметану.

Суп из говядины

500 г говядины, 2 столовые ложки жира, 1,5 л воды, 1 морковь, 1 луковица, корень петрушки и сельдерея, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка томатной пасты, соль, черный молотый перец, зелень, ягоды можжевельника, 2 столовые ложки сметаны.

Промытые куски говядины обжарить в жире, поместить в котел, залить водой и варить 1,5 часа. Добавить коренья и продолжать варку до готовности мяса. Затем добавить соль, перец, ягоды можжевельника. Мясо из супа вынуть, освободить от костей и снова положить в суп. Заправить суп пассерованной мукой. В готовый суп ввести пассерованную томатную пасту, сметану. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп мясной по-русски

300 г говядины, 300 г телятины, 300 г нежирной свинины, 300 г куриного мяса, по 1 виду всех ко-

рений, 2 лавровых листа, несколько горошин душистого перца, 1 яйцо, 2 картофелины, 1 луковица, 1 морковь, перец, соль.

Говядину, телятину, нежирную свинину и кусок курицы промыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Когда мясо сварится вынуть, добавить все виды кореньев и продолжить варку до размягчения овощей. Мясо и овощи выбрать, бульон процедить и вылить в кастрюлю.

Мясо очистить от костей, пропустить через мясорубку, посолить, добавить сырое яйцо, поперчить и приготовить из этого фарша шарики-фрикадельки. Коренья нашинковать и опустить в бульон, туда же положить мясные шарики, лавровый лист, перец горошком и варить суп до кипения. Картофель нарезать кубиками, отварить и тоже опустить в суп. Морковь и репчатый лук нашинковать и пассеровать на сливочном масле. Пассеровкой заправить суп.

Суп молдавский с фрикадельками

200 г говядины (мякоть), 2 столовые ложки риса, 1 яйцо, 1,5 л бульона, 3 луковицы, 1 морковь, по ½ корней сельдерея и петрушки, 4 помидора, зелень укропа и петрушки, соль, перец.

Мясо с луком пропустить через мясорубку. рис отварить до полуготовности, добавить к мясу посолить, поперчить, мелко нарезать зелень укропа, вбить яйцо. Все перемешать. Слепить из фарша маленькие шарики.

Морковь, корни петрушки и сельдерея, лук мелко порезать, положить в бульон, проварить 15 минут, заправить соком помидоров, фрикадельками из фарша, посолить, прокипятить 7–10 минут.

При подаче на стол суп посыпать зеленью.

Суп польский с перловкой

200 г говядины, 1 яйцо, ½ стакана перловой крупы, ½ лимона, 1 столовая ложка муки, 1 стакан сметаны, соль, гренки.

Сварить бульон и процедить его. Крупу перебрать, промыть и сварить до готовности, затем опустить ее в процеженный бульон, добавить ломтики лимона без косточек и заправить сметаной с небольшим количеством муки. Вскипятить и подать с гренками.

Харчо по-грузински

400 г говяжьей или бараньей грудинки, 1 стакан риса, 1 столовая ложка жира, 1 луковица, 2–

3 зубка чеснока, 1 столовая ложка томата-пюре, зелень, красный молотый перец по вкусу, лавровый лист, щепотка хмели-сунели, соль.

Грудинку, удалив кости, нарубить вместе с хрящами кусочками размером как на шашлык. Залить мясо холодной водой и отварить до полуготовности, периодически снимая пену.

Нашинкованный кольцами репчатый лук обжарить на жире снятом с бульона, добавив томат-пюре. Затем положить в кастрюлю с бульоном предварительно замоченный рис, пассерованный лук. После этого суп можно заправить рубленой зеленью, толченым чесноком, перцем, лавровым листом, хмели-сунели, солью и прокипятить еще 5 минут. Лавровый лист из готового харчо лучше вынуть.

Подавать на стол с поджаренным белым хлебом.

Суп с телятиной

1 кг телятины, 2 небольшие луковицы, 2 моркови, 9 столовых ложек риса, 5 столовых ложек томатного сока, 4 столовые ложки лимонного сока, 1 лавровый лист, ½ чайной ложки молотого белого перца, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, соль.

Телятину тщательно промыть под холодной проточной водой, зачистить от пленок и сухожилий и нарезать небольшими порционными кусочками. Подготовленное таким образом мясо сложить в кастрюлю, залить водой и поставить на сильный огонь. Лук и морковь очистить, вымыть и нашинковать тонкими полукольцами. Рис несколько раз промыть в холодной воде и дать стечь. Как только бульон закипит, снять с его поверхности образовавшуюся пену и добавить лук, морковь, лавровый лист, томатный сок, белый молотый перец и соль. Варить на слабом огне до полной готовности мяса. Затем вынуть мясо и овощи из бульона, засыпать туда рис и варить 15–20 минут. В готовый суп положить мясо и овощи, заправить лимонным соком и посыпать измельченной зеленью укропа. Закрыть крышкой и дать постоять около 10 минут. Подавать к столу горячим.

Суп острый

1,5 л бульона, 200 г нежирной говядины, 4 картофелины, 2 луковицы, 2 зубка чеснока, 2 столовые ложки масла, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 чайная ложка тмина, 1 лавровый лист, цедра лимона (апельсина), зелень, сметана.

Мясо нарезать небольшими кусочками. В кастрюле растопить жир, обжарить мясо, добавить мелко нарезанный лук и также обжарить, долить бульон, варить около 30 минут, затем опустить в суп очищенный и нарезанный дольками картофель, тмин и мелко нарезанную цедру лимона или апельсина и варить до тех пор, пока мясо и картофель не станут мягкими. Добавить в суп томат-пюре, мелко нарубленный чеснок, сметану, соль.

При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью

Суп с фрикадельками

200 г мяса, 2 кусочка хлеба, 1 цыпочка, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, 2–3 картофелины

Мякоть не очень жирной говядины, свинины или баранины очистить от пленок и пропустить через мясорубку. В полученный фарш положить размоченный в молоке или воде пшеничный хлеб, немного лука, посолить, поперчить. Фарш хорошенько перемешать и еще раз пропустить через мясорубку. Затем разделить массу на небольшие шарики и опустить их в кипящий мясной бульон, в который заранее положить нарезанные и

слегка обжаренные в масле овощи: морковь, лук и петрушку, перед самым концом положить в суп немного нарезанного кубиками картофеля. Варят фрикадельки 15–20 минут.

Суп полевой

300 г мясных костей, 100 г шпика, 300 г картофеля, 50 г пшена, 2 луковицы, лавровый лист, зелень, перец, соль.

В кипящий бульон положить промытое горячей водой пшено, картофель, нарезанный кубиками, и варить до полуготовности картофеля. Затем добавить шпик, нарезанный мелкими кубиками и поджаренный с мелко нарезанным луком, варить до готовности. За 10 минут до окончания варки добавить специи, соль. Перед подачей посыпать зеленью.

Суп овощной с мясными трубочками

500 г мясного фарша, 1 булочка, 1 яйцо, 300 г лука, 400 г цуккини, 300 г помидоров, ½ стакана бульона, ½ стакана красного вина, 3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка уксуса, 2 зубчика чеснока, по 1 шт. красного и зеленого перца, кориандр, сахар, перец, соль.

Вымесить фарш из рубленого мяса, булочки, яйца, 1 измельченной луковицы, соли и перца. Скатать из фарша небольшие трубочки, обжарить их в оливковом масле и отложить в сторону. Все овощи помыть, почистить, мелко порубить и потушить в масле. Влить бульон, добавить вино, уксус, сахар и кориандр. Тушить овощи еще 20 минут, через 15 минут добавить мясные трубочки.

Приготовленное блюдо хорошенько перемешать, полить сметаной и дать немного настояться. Перед подачей на стол перемешать еще раз.

Суп с галушками из говяжьей печени

300 г мясных костей, 150 г мяса для отвяжки, 300 г говяжьей печени, 3 столовые ложки молотых сухарей, 2 яйца, 4 столовые ложки манной крупы, 2 столовые ложки рубленой зелени, соль, перец, мускатный орех, лимонная цедра.
Для заправки: *2 яйца, 150 г сметаны.*

Кости залить водой и варить 40 минут, удаляя с поверхности пену. Бульон немного охладить, добавить мясо для отвяжки, вскипятить и варить около 1 часа. Печень пропустить через мясорубку, смешать с манкой, сухарями, яйцами, солью, черным перцем, тертым мускатным

орехом и лимонной цедрой. Мясо из бульона вынуть, опустить в него галушки. Для этого надо столовой ложкой брать печеночную смесь, а смоченной в воде чайной ложкой отделять галушки и опускать их в кипяток. Варить при слабом кипении до всплытия на поверхность.

Перед подачей на стол заправить сметаной, взбитой с яйцами.

Суп мясной с фасолью и лапшой

1 кг мяса, 1 стакан фасоли, 2 картофелины, 50 г лапши, 1 морковь, 1 луковица, соль.

Фасоль предварительно замочить. Мясо, морковь, фасоль, лук и картофель залить холодной водой, кипятить на медленном огне 1,5–2 часа, посолить, затем добавить лапшу и варить суп до готовности лапши.

Суп мясной с овощами и макаронами

2 л воды, 800 г мяса с косточкой, 1 ломтик сельдерея, 1 стебель лука-порея, 1 морковь, 100 г макарон, зелень петрушки и укропа, молотый перец, соль.

Кости в нескольких местах разрубить, залить холодной водой, поставить варить на слабом огне, снять пену и продолжать варку. Через час

добавить соль, нарезанную морковь, сельдерей и кружочки порея. Варить суп до тех пор, пока мясо и овощи не станут мягкими. Отдельно отваренные в соленой воде макароны опустить в суп, добавить перец и рубленую зелень.

Суп из свинины

500 г свинины, 1,5 л воды, 2 яйца, 1 кислый лаваш, по 2 веточки петрушки и кинзы, соль.

Свинину нарезать небольшими кусками, промыть, положить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Снять шумовкой пену, добавить зелень. Когда мясо сварится, вынуть его. Бульон процедить, перелить в чистую кастрюлю, добавить нарезанный кислый лаваш и проварить еще 15 минут. Затем посолить, снять с огня и дать немного остыть. Взбить яйца и, непрерывно помешивая, постепенно влить в суп, снова поставить на огонь и довести до кипения. Перед подачей на стол в суп положить вареную свинину, украсить зеленью.

Суп по-варшавски

1,5 л воды, 100 г говядины, 100 г птичьих потрохов, 50 г колбасы, 1 столовая ложка сушеных белых грибов, 1 небольшая вареная свекла, 1 луко-

вица, ломтик сельдерея, 1 стебель лука-порея, семена фенхеля, соль, майоран, жир, сметана, зелень.

Сушеные грибы залить теплой водой. Мясо и потроха промыть, нарезать, залить холодной водой, дать закипеть, снять пену и продолжать варить, добавив луковицу. Сельдерей, лук-порей, колбасу нарезать, обжарить в жире, добавить в суп, посолить. Семена фенхеля, майоран и набухшие грибы добавить в суп вместе с водой, в которой грибы вымачивались. Варить до готовности.

Свеклу очистить, натереть на терке, положить в супницу, залить кипящим супом, добавить сметану, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп из копченой свинины

1 кг копченой свинины, 1 луковица, 1 морковь, 1 небольшая брюква, 2 картофелины, 1 корешок петрушки, тмин, чеснок, черный молотый перец, сметана, зелень, соль.

Поставить варить промытое мясо. Через час в жире, снятом с бульона, обжарить нарезанные кольцами лук и кружочками морковь и опустить в бульон вместе с корешком петрушки и ломтиками брюквы. В конце варки добавить в суп ку-

сочки картофеля, тмин и немного чеснока. Отделить мясо от костей, положить его в суп. Подавать в отдельной посуде, положив сметану и посыпав перцем и зеленью.

Суп со шпинатом и грибами

300 г постной свинины, 1 столовые ложки масла, 200 г грибов, 1 морковь, 100 г шпината, 2 яйца, 1,5 [illegible], 2 столовые ложки сметаны, соль, зелень.

Мясо нарезать брусочками и обжарить в кастрюле с разогретым жиром. Добавить мелко нарезанные грибы, тертую морковь, поджарить, добавить кипящий бульон или воду, соль и варить 20 минут. Добавить мелко нарезанный шпинат. Проварить суп. При подаче в каждую порционную посуду положить по два кусочка сваренного вкрутую яйца, сметану, зелень.

Суп-буглама из баранины и баклажанов

500 г баранины, 1,2 кг помидоров, 400 г репчатого лука, 300 г картофеля, 3 баклажана, 2 веточки кинзы, сладкий болгарский перец, соль по вкусу, перец, соус ткемали.

Баранину нарезать небольшими кусками и промыть. Помидоры очистить от кожуры и на-

резать, лук нашинковать, картофель очистить и крупно нарезать. Баклажаны нарезать кружочками. В кастрюлю положить слоями нарезанный репчатый лук, мясо, картофель, помидоры, баклажаны. Добавить болгарский перец, мелко нарезанную зелень кинзы, соль и залить водой. Затем кастрюлю закрыть крышкой и поставить на огонь. Варить приблизительно 2 часа (до готовности), не снимая крышки.

Суп из баранины с рисом

500 г баранины, 200 репчатого лука, 100 г риса, 200 г чернослива, 2–3 веточки кинзы, зелень петрушки, соль

Жирную баранину нарезать кусками, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Пену удалить шумовкой. Через 30 минут снять с бульона жир и поджарить на нем мелко нашинкованный репчатый лук. Поджаренный лук положить в кипящий бульон, добавить мелко нарезанную зелень кинзы, промытый рис, соль и варить до готовности мяса. К концу варки добавить чернослив, предварительно вынув косточки.

Перед подачей на стол суп посыпать зеленью петрушки.

Суп из баранины с горохом

500 г баранины, 200 г гороха, 50 г курдючного сала, 100 г репчатого лука, 300–100 г картофеля, зелень петрушки и кинзы, соль.

Горох перебрать, хорошо промыть, замочить в холодной воде на 4–5 часов, а затем воду слить. Опустить в кипящую воду промытое, нарезанное небольшими кусками мясо и курдючное сало. Через 15–20 минут добавить горох, букетик зелени и [illegible]. Варить до тех пор, пока мясо и горох [illegible] не разварятся. Когда курдючное сало сварится, но не будет готовности, вынуть его из супа, мелко нашинковать и положить обратно в кипящий суп. Через 15–20 минут добавить пассерованный лук, соль, нарезанный дольками картофель, мелко нарезанную зелень кинзы. Через 15 минут после закладки картофеля можно добавить по вкусу перец и тмин. Из готового супа вынуть букетик зелени и выбросить. Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки и кинзы.

Суп-лапша по-бурятски

500 г баранины, 250 г муки, 1 яйцо, 3 столовые ложки воды, соль, перец, лавровый лист, зелень.

Мякоть баранины нарезать соломкой, положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить на плиту.

Для приготовления лапши смешать муку, яйца, воду и соль. Затем раскатать тесто толщиной 2–3 мм, свернуть в рулет и нарезать, готовую лапшу немного подсушить. Затем лапшу опустить в горячий бульон и варить 15–20 минут, пока она не начнет всплывать на поверхность. При варке постоянно снимать пену.

При подаче разлить суп по тарелкам и посыпать зеленью.

Суп по-покровски

500 г бараньей грудинки, 200 г фасоли, 2 луковицы, 1 морковь, 2 столовые ложки риса, 2 зубчика чеснока, лавровый лист, перец, соль.

Фасоль промыть в холодной воде, положить в кастрюлю, залить водой. Через четыре часа слить воду и добавить в фасоль мелко нарезанную грудинку. Мясо и фасоль залить холодной водой и поставить на огонь. Как только вода закипит, добавить мелко нарубленный сырой лук, посолить. Пену ни в коем случае не снимать. Отдельно отварить рис и промыть его, морковь натереть на крупной терке, чеснок мелко нарезать.

Когда мясо сварится, положить рис, морковь, чеснок, перец, лавровый лист и кипятить не более 5 минут.

Суп из баранины с фрикадельками

500 г баранины, 300 г картофеля, 1 яйцо, ¼ стакана риса, 3 столовые ложки стакана алычи или сливы ткемали, 1 столовая ложка зелень петрушки, перец, соль.

Мякоть баранины отделить от костей. Из костей сварить бульон и процедить. Мякоть вместе с жиром пропустить два раза через мясорубку, добавить рис, сырое яйцо, соль и перец. Размешать, разделать в виде небольших шариков. В кипящий процеженный бульон опустить нарезанный мелкими кубиками картофель и варить 10 минут. Затем положить фрикадельки и варить еще 10–15 минут, добавив очищенные от косточек алычу или сливу ткемали и пассерованный репчатый лук. Перед подачей на стол добавить зелень кинзы и петрушки.

Суп из печени по-венски

1,5 л бульона, 400 г печени, 50 г копченого шпика, 1 морковь, соль, мускатный орех, тимьян,

1 ломтика черствого белого хлеба, масло для гренок.

Очищенную морковь нарезать соломкой, шпик – кубиками. С печени снять пленку и нарезать брусочками. Шпик обжарить в кастрюле до прозрачности, добавить морковь и печень, обжарить, добавить бульон, соль, смолотый в порошок тимьян, тертый мускатный орех и варить до готовности. Разливая суп, в каждую тарелку положить по ломтику гренок.

Суп из почек по-английски

1,5 л воды, 2 говяжьи почки, 2 столовые ложки муки, 1 луковица, 2 столовые ложки масла, 1 лимон, зелень петрушки, красный перец, соль.

Почки разрезать пополам вдоль, вырезать мочеточники, замочить в уксусе, промыть и обсушить, нарезать брусочками, запанировать в муке. В кастрюле растопить 1 столовую ложку масла, обжарить почки до румяной корочки, залить кипятком и варить до готовности. Добавить в суп соль, жаренный в масле лук, пассерованную муку. Отрезать 4 кружочка лимона (по одному на порцию), а из остального выжать сок и добавить к готовому супу. При подаче на стол в каждую тарелку супа положить лимон, посыпать

мелко нарезанными зеленью петрушки и красным перцем.

Подавать со слоеными пирожками или соленым печеньем

Суп из субпродуктов с фасолью

200 г фасоли, 2 свиные почки, 100 г копченого шпика, 1 л бульона, 2 луковицы, лимонная цедра, лавровый лист, молотый перец, соль

Фасоль промыть и замочить на ночь. Подготовить почки (вырезать мочеточники), залить их водой с уксусом, несколько раз сменить воду. Копченый шпик нарезать кубиками и растопить в кастрюле. Обжарить в жире нарезанные субпродукты, лук, долить воду, посолить и варить. В отдельной посуде сварить фасоль. Готовую фасоль добавить в суп вместе со специями. Довести суп до кипения.

Суп из мозгов

400 г мозгов, 2 столовые ложки масла, 1 луковица, 2 столовые ложки муки, 1 л бульона, ½ стакана сливок, соль, мускатный орех, зеленый лук, белый хлеб, масло для гренков

Мозги ошпарить, снять пленку, затем измельчить. В жире обжарить мелко нарезанный лук и

муку, мозги разбавить бульоном. Все проварить, добавить сливки, соль по вкусу. При подаче посыпать суп мелко нарезанным зеленым луком. Подать с гренками.

Суп из языка с сыром

1 л бульона, 100 г твердого сыра, 1 вареный язык, 2 столовые ложки масла, 1 луковица, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 столовая ложка горчицы, соль, мускатный орех.

Луковицу мелко нарезать, обжарить в кастрюле с кипящим маслом, посыпать мукой и, помешивая, прогреть. Разбавить бульоном, проварить, добавить томат-пюре, горчицу, сыр. Все опять проварить, добавить соль, мускатный орех и нарезанный ломтиками язык. Подать с пирогом с овощной начинкой.

Суп из потрохов с яблоком

1,5 л воды, потроха гуся или утки, 1 морковь, 1 столовая ложка риса или перловой крупы, 1 луковица, 1 столовая ложка масла, 2 картофелины, 1 яблоко, черный молотый перец, лавровый лист, зелень, сметана, соль.

Потроха промыть, залить холодной водой, варить, снимая пену, затем добавить промытую крупу, соль. Морковь и лук очистить, мелко нарезать, обжарить в масле, добавить в суп. Когда потроха будут почти готовы, положить очищенный и нарезанный картофель, варить до готовности. Опустить в суп поджаренные яблоки и специи. Потроха вынуть, мелко нарезать и опустить в суп. При подаче добавить в суп сметану, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп с курицей по-киевски

2 л мясного бульона, по 200 г вареной курятины, говядины и свинины, 7–9 картофелин, 300 г цветной капусты, 1 цыпленок, 1 морковь, 1 корень петрушки, ½ стакана консервированного зеленого горошка, 4 столовые ложки сметаны, 75 г сливочного масла, 1–2 лавровых листа, 2–3 горошины черного перца, соль.

Цветную капусту разделить на отдельные соцветия, промыть, залить подсоленной холодной водой на 20–30 минут, а потом вынуть и еще раз ополоснуть. Лук, морковь и корень петрушки почистить, промыть, измельчить, выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом и обжарить. Вареное мясо нарезать маленькими

кубиками. Картофель почистить, вымыть и нарезать небольшими кубиками. Зеленый горошек отцедить от жидкости.

В кипящий процеженный бульон положить картофель, проварить 7–10 минут, добавить цветную капусту и продолжать варить 10–15 минут. После этого всыпать в суп зеленый горошек, обжаренные овощи и мясо, посолить, добавить лавровый лист и перец горошком и варить еще 5–7 минут.

Готовый суп разлить по тарелкам, заправить сметаной.

Суп с луком-пореем по-английски

2,5 л куриного бульона, 1 курица, 400 г лука-порея, 75 г сливочного масла, 1 маленький пучок петрушки, черный молотый перец, соль.

Разделанную курицу разрубить на порционные куски и посыпать их солью и молотым перцем. Лук-порей промыть и мелко нашинковать. В сковороде разогреть сливочное масло, положить в него куски курицы, лук-порей и слегка обжарить. Петрушку промыть.

В кипящий процеженный бульон положить обжаренное мясо с луком, связанную в пучок петрушку и варить при слабом кипении до го-

говяжьего мяса. Затем кусочки курицы вынуть из бульона, отделить мясо от костей и мелко его нарезать. Из бульона удалить петрушку, снова положить в суп мясо, довести до кипения, посолить и поперчить.

Суп-бозарма из цыпленка

1 цыпленок, 300 г лука-репки, 50–70 г сливочного масла, 1 столовая ложка, 3 веточки базилика, по 2 веточки мяты и эстрагона, 2 зубка чеснока, 2 столовые ложки винного уксуса, болгарский перец, соль.

Подготовленную тушку цыпленка нарезать на куски, промыть, положить в кастрюлю, добавить мелко нарезанный репчатый лук, сливочное масло, закрыть крышкой и хорошо протушить. Затем влить кипяток и, дав покипеть 5 минут, всыпать мелко нарезанную зелень кинзы, базилика, мяты, эстрагона, петрушки и укропа, хорошо истолченные сладкий перец и чеснок, добавить винный уксус. Кипятить 10 минут, затем снять с огня.

Суп с курицей по-севастопольски

2 л воды, 1 курица (весом 800 г – 1 кг), 4 столовые ложки риса, 1 луковица, 1 яйцо, 2 столовые

ложки растопленного сливочного масла, лимонная кислота на кончике ножа, по 1 столовой ложке измельченной зелени петрушки и укропа, 1 лавровый лист, 2–3 горошины черного перца, соль.

Промытую курицу залить холодной водой, быстро довести до кипения, снять пену, посолить и варить на среднем огне до мягкости мяса. Затем курицу вынуть, снять мясо с грудки, нарезать его небольшими кусочками, а остальное использовать для приготовления вторых блюд. Бульон процедить.

Рис хорошо промыть, опустить на 2–3 минуты в кипящую воду, откинуть на дуршлаг, а потом высыпать в горячий процеженный бульон и варить в течение 10–15 минут. В это время лук, морковь и коренья почистить, вымыть, измельчить, слегка обжарить в разогретом сливочном масле и положить в суп. В конце приготовления добавить лимонную кислоту, сырое яйцо, размешанное с небольшим количеством бульона. В супницу положить куриное мясо и зелень, залить супом и подать.

Суп из птицы с перловкой и грибами

3 л воды, 1 курица, ½ стакана перловки, 3–4 сушеных гриба, 2 моркови, 1 луковица, по 1 корто

петрушки и сельдерея, 30 г сливочного масла, ½ стакана сметаны, сок из ½ лимона или 1 столовая ложка крыжовенного сока, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки и укропа, 1–2 лавровых листа, 5–7 горошин черного перца, соль

Морковь, лук и коренья почистить, вымыть и мелко нашинковать. Сушеные грибы промыть. Подготовленную тушку курицы залить холодной водой, довести до кипения на умеренном огне, уменьшить пламя, снять накипь, добавить овощи, сушеные грибы, лавровый лист и черный перец и варить до готовности. Затем мясо вынуть, часть нарезать на порционные кусочки, а остальное использовать для приготовления вторых блюд. Бульон процедить, грибы нашинковать и выложить в суповницу вместе с измельченной зеленью. Перловку промыть, сварить отдельно в подсоленной воде, добавить масло и сметану, тщательно перемешать, развести процеженным бульоном, вскипятить и перелить в суповницу. При подаче добавить в суп лимонный или крыжовенный сок.

Куриный суп с грибами по-венгерски

1 курица, по 1 корню петрушки и сельдерея, 3–4 свежих шампиньона, 100 г вермишели, 1 ма-

...ленький пучок зелени петрушки, 1 кусочек имбирного корня, 2–3 горошины черного перца, соль

Выпотрошенную курицу промыть, разрезать на порционные куски, положить их в кастрюлю с холодной водой, вскипятить, вылить воду, а мясо ополоснуть холодной водой. Снова залить курицу водой (2,5 л), довести до кипения, снять пену и варить на слабом огне в течение получаса.

В это время коренья почистить и ополоснуть, а шампиньоны вымыть. Коренья и грибы нарезать маленькими кубиками, опустить в суп, добавить соль и завернутые в чистый марлевый мешочек перец, петрушку и имбирь и варить суп до тех пор, пока мясо не станет мягким.

Вермишель сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и промыть холодной кипяченой водой. В конце приготовления вынуть из супа мешочек со специями, добавить вермишель и подавать.

Харчо из курицы с орехами

1 курица, 4 луковицы, 2 стакана очищенных грецких орехов, веточки петрушки, кинзы, ½ чайной ложки толченых семян кинзы, 2 зубка чеснока, соус ткемали или кислый лаваш, шафран, сухие сушеные, болгарский перец, соль.

Подготовленную жирную куриную тушку нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы она только покрывала мясо, накрыть крышкой и поставить варить. По мере появления снимать пену. Через 1–1,5 часа добавить мелко нарезанный лук и продолжать варить до тех пор, пока мясо курицы не будет почти готово. Затем добавить вымоченный и протертый кислый лаваш или же соус ткемали. Как только суп закипит, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, кинзы и следующие продукты, разведенные в слегка остуженном бульоне: толченые грецкие орехи, имеретинский шафран, семена кинзы, сухие сунели, чеснок, болгарский перец и соль и дать покипеть 10 минут. Перед подачей на стол в суп положить мелко нарезанную зелень петрушки.

Суп с куриной печенью

3 л воды, ⅓ стакана риса, 0,5 кг свежей куриной печени, 2 столовые ложки растопленного сливочного масла, 1 стакан молока, 2 столовые ложки лимонного сока, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, ⅓ чайной ложки карри, соль.

Подготовленную куриную печень тщательно промыть под холодной проточной водой, сложить в эмалированную посуду и залить молоком. Дать постоять при комнатной температуре 20–30 минут. В сковороде разогреть сливочное масло, обжарить в нем измельченную печень и снять с огня. Вскипятить воду и отварить в ней промытый рис, добавив по вкусу соль, черный молотый перец и карри. В готовый суп влить лимонный сок, положить обжаренную печень, зелень петрушки и укропа. Все тщательно перемешать и дать настояться под закрытой крышкой 7–10 минут.

Суп из кролика

0,5 кг мяса кролика, 150 г копченого шпика, 50 г репчатого лука, 50 г моркови, 40 г муки, 2 г красного перца, 300 г томата-пюре, 100 мл белого вина, 1 лавровый лист, 1 г черного перца, 50 г грибов, 200 мл кислого молока, 1 яйцо, зелень петрушки и чабреца (можно сухого).

Мясо кролика, выдержанное в маринаде, нарезать на мелкие куски. Нарезать мелкими кубиками копченый шпик, положить в кастрюлю и поставить на огонь, чтобы он поджарился и пустил жир. Положить в него мясо кролика и,

когда оно подрумянится, прибавить мелко нарезанный лук и морковь, а затем — муку, красный перец и томат-пюре. Залить теплой водой и белым вином, добавить лавровый лист и крупно дробленые горошины черного перца; варить до готовности мяса. За 15–20 минут до окончания варки положить промытые и нарезанные соломкой свежие и предварительно сушеные грибы.

Суп заправить растертым молоком и яйцом, а затем посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и чабрецом.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

МЯСНЫЕ БЛЮДА

Говядина, тушеная с овощами

1 кг говядины, 5 шт. моркови, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки муки, 2 стакана бульона, соль, перец.

***Для гарнира:** 1 кг картофеля, 3 столовые ложки сливочного масла.*

Крупный кусок говядины посолить, держать 1 час в холодном месте, потом положить в сотейник или кастрюлю с хорошо разогретым жиром, обжарить со всех сторон до румяного цвета, подлить бульон и тушить 1 час. Потом добавить перец, очищенные, нарезанные кружочками морковь, петрушку и репчатый лук, тушить до готовности, мясо нарезать порционными кусками.

Поджаренную до светло-коричневого цвета муку развести соком с овощами и жиром, в котором тушилась говядина, и хорошо проварить.

Готовую говядину подать на стол с жареным картофелем и полить подготовленной подливой с овощами.

Говядина отварная с хреном

1 кг говядины, 1 стакан сметаны, 3 яйца, 1 корень хрена, 2 помидора, по 1 корню моркови и петрушки, 1 кг картофеля, 3 столовые ложки сливочного масла

Вареное мясо нарезать ломтиками, положить в смазанный сливочным маслом сотейник или кастрюлю с широким дном, залить сметаной, смешанной с тертым хреном, сырыми яйцами и солью и поставить в духовку, чтобы зарумянить. Говядину подать на стол с отварным картофелем, заправленным сливочным маслом и посыпанным мелко нарезанной зеленью петрушки.

Говядина, тушеная с репчатым луком

4 головки лука, 500 г мяса, 500 г картофеля, 2 столовые ложки пшеничной муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 лавровый лист, пучок укропа, 3 стакана воды, перец, соль.

Мясо помыть, нарезать кусками по 50–60 г, посолить, посыпать перцем, обвалять в пшеничной муке и обжарить на сковороде с обеих сто-

рон до образования румяной корочки. Затем мясо сложить в кастрюлю.

На сковороду, где жарилось мясо, влить 1 стакан воды, вскипятить, процедить сквозь сито в кастрюлю с мясом, добавить еще два стакана горячей воды, накрыть кастрюлю крышкой и поставить тушить на слабый огонь на 2–2,5 часа. После тушения к мясу добавить отдельно поджаренный мелко нарезанный лук и обжаренный целый или разрезанный на четыре части картофель, лавровый лист, гвоздику и перец горошком, после чего продолжать тушить мясо еще в течение 30 минут. При подаче на стол мясо посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Говядина, тушеная с овощами и рисом

150 г говядины, 30 г свиного или говяжьего жира, 100 г картофеля, 30 г тыквы, 30 г капусты, 30 г баклажанов, 15 г репчатого лука, 30 г риса, 40 г помидоров, соль, зелень.

Мясо нарезать кубиками по 30–40 г. Тыкву, баклажаны, картофель - мелкими кубиками, посолить; продукты обжарить (каждый вид в отдельности). Капусту нарезать крупными шашками и бланшировать в подсоленном кипятке

(10 г соли на 1 л воды). Лук нашинковать, спассеровать и смешать с отварным рисом. На дно сотейника положить слой овощей. На них — мясо, рис с луком, сверху — половинки помидоров. Влить бульон и тушить до готовности.

При подаче к столу посыпать рубленой зеленью. Набор овощей может меняться в зависимости от сезона.

Говядина отварная с овощами

1 кг говядины, 2 шт. моркови, 0,5 кг картофеля, 200 г свежей капусты, 1 кабачка, 150 г хрена, по 1 столовой ложке сухарей и пшеничной муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка щавеля, 2 стакана бульона, соль

Полуготовленное мясо отделить от костей и варить с добавлением лука и моркови до готовности. Мясо порезать по 2–3 куска на порцию, а бульон процедить.

Очищенные мелкие луковицы и нарезанный кубиками очищенный картофель варить в бульоне. Морковь нарезать кубиками, свежую капусту – квадратиками и припустить.

Хрен натереть, слегка обжарить на масле, полить уксусом, перемешать и выпарить до ⅓ пер-

вом объема, затем добавить слегка обжаренный на сливочном масле мелко рубленный лук, бульон, сметану, соль, перемешать и хорошо уварить.

Нарезанное мясо уложить в сотейник вместе с отваренным картофелем, луком, припущенными морковью и капустой, все залить подливой из хрена и сметаны, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и поставить в духовку, чтобы зарумянилось.

Говядина, тушеная с черносливом

150 г говядины, 25 г сального или говяжьего жира, 30 г репчатого лука, 15 г моркови, кусочек корня петрушки, 15 г томатной пасты, 30 г чернослива, соль, зелень.

Мясо нарезать на порционные куски и обжарить. Лук, морковь, петрушку нарезать дольками и спассеровать с добавлением томата. Продукты соединить, посолить и тушить около часа в небольшом количестве воды или бульона. Затем добавить промытый чернослив без косточек и довести до готовности.

При подаче к столу на тарелку положить кусок мяса, сверху — овощи и чернослив. Полить бульоном, в котором оно тушилось, и посыпать

зеленью. Гарнир - отварной или жареный картофель.

Говядина с морковью

200 г говядины, 100 г моркови, 20 г сливочного масла, 1 яйцо, 100 г обезжиренного молока, соль.

Очищенные от сухожилий и пленок, вымытые и обсушенные салфеткой кусочки мяса отбить, посолить и обжарить на сковороде, смазанной маслом. Затем добавить горячей воды и тушить.

Отваренную морковь протереть через сито, добавить молоко и лимонный сок. Мясо разложить на подогретые тарелки и залить морковным пюре. Можно приправить молотым душистым перцем и украсить зеленью петрушки.

Говядина духовая

600 г говядины (мякоть), 50 г жира, 400 мл бульона, 50 г томата-пюре, 20 г пшеничной муки, 1 кг картофеля, 100 г моркови, 100 г реты, 40 г петрушки (корень), 150 г репчатого лука, зелень петрушки и укропа, перец горошком, лавровый лист, соль.

Мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить до образования корочки. Затем переложить

в глубокую посуду, залить горячим бульоном или водой, добавить томат-пюре, пучок из зелени петрушки и укропа и тушить. Спустя час зелень удалить, ввести разведенную бульоном и процеженную красную пассеровку (жареные овощи с томатным пюре), размешать и довести до кипения. После этого положить нарезанные дольками и обжаренные картофель и овощи, добавить специи и протушить 30 - 40 минут при слабом кипении.

Подать, посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа.

Домашнее жаркое

600 г говядины (мякоть), 1,2 кг картофеля, 100 г моркови, 60 г жира, 100 г репчатого лука, 150 мл бульона, 10 г чеснока, 4 лавровых листа, молотый черный перец, соль.

Картофель и морковь нарезать, обжарить, посолить и поперчить. Мясо слегка обжарить и слегка протушить с пассерованным луком. Мясо и овощи положить в кастрюлю слоями, залить бульоном, приправить перцем и лавровым листом и тушить до готовности.

Перед подачей к столу приправить мелко нарубленным чесноком и зеленью петрушки.

Мясо с фасолью

600 г мяса, 100 г жира, 100 г репчатого лука, 600 г молодой фасоли, 200 г томатов или 25 г томата-пюре, 20 г [illegible] красный молотый перец, петрушка, соль.

Мясо нарезать и [illegible] обжарить в жире, добавить мелко [illegible] лук, муку, очищенные от кожицы и [illegible] спелые томаты. Все это посолить и [illegible] горячей водой или бульоном и [illegible] Сваренное мясо соединить [illegible] Готовое блюдо посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Жаркое с квашеной капустой

1 кг мяса, 50 г [illegible] 3 столовые ложки смальца, 3 столовые ложки [illegible] петрушки, 1,5 кг квашеной капусты, 2 столовые ложки муки, 2 стакана бульона или воды, соль, перец, лавровый лист.

Крупные куски мяса нашпиговать салом, положить в сотейник или кастрюлю, добавить смалец, обжарить до румяного цвета, добавить мелко нарезанные спассерованные лук, морковь и петрушку, подлить бульон или воду и тушить до готовности. Готовое мясо нарезать небольшими кусочками.

Пассерованную муку развести соком, в котором тушилось мясо, добавить горячий бульон или воду, проварить и протереть через сито вместе с овощами.

Отжатую от рассола квашеную капусту тушить с добавлением сала до готовности и заправить обжаренным луком и частью подготовленной подливы.

На дно сотейника уложить нарезанное кусочками сало, а на него вперемежку несколькими слоями капусту и мясо, залить оставшейся подливой и тушить 15—20 минут.

Баранина, тушеная с черносливом

1 кг баранины, 3 столовые ложки смальца или сливочного масла, 300 г чернослива, 3 луковицы, 3 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки пшеничной муки, 10 гвоздик, ½ чайной ложки корицы, 3½ стакана бульона, 1 столовая ложка уксуса, соль.

Нарезанную мелкими кусками (40—50 г) мякоть баранины посолить, обжарить на хорошо разогретом смальце или сливочном масле, положить в сотейник, добавить нарезанный, слегка обжаренный репчатый лук, томат-пюре, залить небольшим количеством бульона, приготовлен-

ного из обжаренных костей, и тушить 20–30 минут. После чего в сотейник добавить перебранный и промытый чернослив, пассерованную муку, разведенную частью бульона, тушить до готовности мяса, поливая по мере надобности бульоном, добавить уксус, корицу, гвоздику, тушить 10–15 минут.

На гарнир к бараньему мясу подать чернослив и полить подливой, в которой он тушился.

Баранина, жаренная с фасолью

1 кг баранины, 300 г фасоли, репчатый лук, 100 г шпика, черный перец, соль.

Баранину пожарить в духовке. Когда мясо пустит сок, посыпать солью и перцем, положить с одной стороны нарезанный кружочками репчатый лук, а с другой – сваренную фасоль и жарить до готовности, поливая соком и жиром, в котором жарилась баранина. Нарезанную баранину подать на стол с фасолью и полить соком, образовавшимся при жаренье.

Баранина, запеченная с фасолью

600 г баранины, 3 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана фасоли, 1½ стакана сметан-

но-томатного соуса, 2 столовые ложки сухарей, соль, перец.

Баранину промыть, посыпать солью и перцем, обжарить на разогретом жире целым куском, нарезать ломтиками, выложить на глубокую сковороду, смазанную сливочным маслом, обложить вареной фасолью, залить сметанно-томатным соусом, посыпать сухарями, полить маслом и запекать в духовке 20–30 минут.

Баранина с пшеном

500 г баранины, 1 стакан пшена, 1 луковица, 40 г сала, 1 столовая ложка мелко нарезанной зелени петрушки, соль.

Подготовленную баранину (корейка, окорок, лопатка) нарезать на кусочки по 25–30 г, варить до полной готовности мяса и пшена. В конце варки баранину заправить салом, измельченным с луком и зеленью петрушки.

Рагу из баранины и овощей

100 г баранины, 10 г топленого сала, 30 г моркови, 10 г петрушки (корень), 25 г репчатого лука, 150 г картофеля, 15 г томатной пасты, 5 г муки, зелень, соль.

Подготовленное мясо посолить, обжарить сначала на плите, а затем в жарочном шкафу, положить в сотейник, залить пассерованным томатом, водой и тушить 30–40 минут. Затем добавить соль, перец, довести до кипения, ввести в него поджаренный лук и тушить 10–15 минут.

Картофель очистить, нарезать дольками и слегка обжарить. Отдельно обжарить нарезанный дольками картофель. Фасоль и картофель положить в сотейник, залить подготовленный горячий соус и тушить до готовности. При подаче к столу рагу посыпать зеленью.

Кроме указанных продуктов, в рагу можно добавить нарезанные кусочками помидоры, баклажаны и стручки сладкого перца.

Баранина с фасолью

1 кг баранины, 250 г помидоров, 250 г фасоли, 100 г репчатого лука, 40 г жира, молотый перец, соль.

Нарезать небольшими кусочками баранину, посолить, посыпать перцем, обжарить на масле, переложить в сотейник, добавить фасоль, воду и варить около часа. Затем добавить поджаренный лук, нарезанные помидоры и тушить до готовности. При подаче посыпать зеленью петрушки.

Баранина в соусе с овощами

120 г баранины (грудинка, лопатка), 75 г картофеля, 25 г моркови, 10 г петрушки (корень), 5 г муки, 30 г репчатого лука, 60 г белокочанной капусты, зелень, ½ дольки чеснока, соль, лавровый лист.

Мясо нарезать по 2–3 куска на порцию, положить в кипящую воду или бульон, сваренный из костей (примерно 1 л жидкости на 1 кг мяса) и варить на слабом огне, снимая пену. Через 10–15 минут мясо вынуть, промыть холодной водой, залить процеженным бульоном и проварить 15–20 минут. Добавить картофель, морковь, петрушку и лук, нарезанные дольками, капусту, нарезанную шашками (4×4 см), рубленый чеснок, лавровый лист, соль и тушить до готовности. Затем половину бульона соединить с пассерованной мукой; прокипятив 5–10 минут, влить обратно в посуду с мясом, осторожно перемешав. Нагреть до кипения. Подать к столу вместе с овощами и соусом, посыпав рубленой зеленью.

Баранина с рисом и тыквой

500 г баранины, 150 г риса, 1 кг тыквы, 100 г репчатого лука, 200 г помидоров, 30 г сливочного масла, соль.

Баранину отделить от костей, нарезать мелкими кусочками, посолить, поперчить, посыпать рубленой зеленью петрушки, смешать с поджаренным луком. Рис промыть, ошпарить кипятком и соединить с мясом.

Тыкву очистить от семян и кожицы, разрезать на ломтики, посолить и обжарить в масле. Обжаренную тыкву уложить ровным слоем в кастрюлю, на тыкву положить слой мяса с рисом, сверху закрыть ломтиками помидоров. Накрыть кастрюлю крышкой и тушить в духовом шкафу до готовности.

Тыкву можно заменить сладким перцем, кабачками, свежей капустой, дыней.

Баранина, тушеная с овощами в горшочке

150 г баранины, 100 г баклажанов, 15 г болгарского перца, 100 г помидоров, зеленый лук, 50 г свежих грибов, 80 г картофеля, 10 г жира, черный перец, соль, зелень.

Мясо нарезать по 3–4 кусочка на порцию и обжарить. Баклажаны или кабачки, сладкий перец, помидоры, лук, грибы и картофель мелко нарезать. Подготовленные продукты положить в порционные керамические горшочки. Добавив зелень, черный перец, залить подсоленной водой

...ей, нарезать мел...
...и рянь посыпать
...менать с подже...
...ошпарить кипя...

...кожицы разр...
...бжарить в масле
...ным слоем в г...
...ой мяса с рисом
...помидоров На...
...шить в духовк...

...ким перцем, ка...
...й.

...и в горшочке

...ов, 15 г батар...
...леный лук, 50 г
...10 г жира, чер...

...на порцию и
..., сладкий пе...
...офель мелко
...ты положить
...ки. Добавив
...сной водой

или мясным бульоном и тушить в жарочном шкафу до готовности.

Чахохбили из баранины

150 г баранины, 25 г маргарина столового, 50 г репчатого лука, 15 г томатной пасты или 50 г помидоров свежих, 10 мл уксуса, зелень, соль, перец.

Мясо нарезать по 1–2 куска на порцию, посыпать солью и перцем, обжарить, а затем тушить с небольшим количеством бульона, пассерованным луком и свежими помидорами, разрезанными на дольки, или с томатом. Незадолго до готовности бульон слить, соединить с пассерованной мукой и проварить с добавлением уксуса и веточек зелени петрушки или кинзы, нарезанных не очень мелко. Мясо залить полученным соусом и довести до готовности. Подать с рисовой рассыпчатой кашей, сваренной на костном бульоне.

БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ

Чахохбили из цыпленка

1,2 кг курицы или цыпленка, 80 г томата-пюре, 80 г сливочного масла, 400 г репчатого лука, 10 г

ления, 2 зубчика чеснока, 15 г муки, 10 мл винного уксуса или дольки лимона, соль, специи. Вместо томата-пюре можно взять 150 г свежих помидоров.

Подготовленную курицу или цыпленка разрубить на небольшие куски, посолить и обжарить с разных сторон, затем переложить в кастрюлю, добавить [illegible] нарезанный репчатый лук и тушить при [illegible] крышке до готовности лука. После этого [illegible] томат-пюре, муку, через 10 минут добавить [illegible] от кожицы и нарезанные дольками свежие помидоры, толченый чеснок, винный уксус или лимонный сок, рубленую зелень мяты, укропа, петрушки, кинзы, черный перец, небольшое количество воды или бульона и тушить еще 1–5 минут до готовности. При подаче чахохбили посыпать зеленью.

Индейка с подливой

1 кг индейки, 3 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана сметаны, 1 столовая ложка пшеничной муки, ½ корня петрушки, 1 корень моркови, 1 луковица, соль, перец.

Подготовленную индейку посолить внутри и сверху, положить на противень, полить маслом, добавить нарезанные кружочками морковь, пет-

рушку, лук и запекать в духовке до готовности 1,5–2 часа, периодически поливая соком индейки, в котором она жарится. Запеченную индейку разрезать на порционные куски, положить в сотейник, залить подливой и хорошо прогреть.

Приготовление подливы. Пшеничную муку спассеровать, добавить сметану, душистый перец, жир и сок, в которых запекалась индейка, отварить, протереть через сито, довести до кипения и заправить сливочным маслом.

Индейку подать на стол с рисовой кашей или тушеной морковью и полить приготовленной подливой.

Гусь с яблоками

1 тушка гуся, 1 кг яблок, соль, зелень.

Тушку гуся после обработки промыть, заполнить хорошо промытыми яблочными очистками (кожица, сердцевина), посолить и запекать в духовом шкафу до готовности, периодически поливая жиром, выделяющимся при жарении. После удаления яблочных очистков запеченную тушку разрезать на порционные куски и подать с разрезанными пополам печеными в духовке яблоками, которые перед запеканием сбрызнуть гусиным жиром. Мясо и яблоки полить образо-

вавшимся соком и жиром и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки

Утка с рисом

Утка, 35 мл растительного масла, 120 г кореньев, 50 г репчатого лука, 50 г шпика, 60 г томатной пасты, 50 г сушеных грибов, 200 г риса, 80 г сливочного масла, 50 г сыра, соль

В кастрюлю с растительным маслом положить нарезанные кусочками шпик, сверху — утку. Посолить, тушить на среднем огне. Когда тушка зарумянится, добавить томат и предварительно замоченные грибы. Тушить до готовности.

Отдельно обжарить на сливочном масле рис, залить его горячей водой и тушить на слабом огне, незадолго до конца тушения всыпать тертый сыр.

Готовую утку поместить на блюдо, вокруг нее положить рис. Полить соусом, в котором она тушилась.

Утка, тушенная с овощами

Утка, 600 г картофеля, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, по 1 корню моркови и петрушки, 1 столовая ложка пшеничной муки, ½ стакана томата-пюре, соль, перец, лавровый лист.

Подготовленную тушку утки порубить на небольшие куски с косточкой, посолить, жарить на разогретом сливочном масле или жире, снятом с утки, до румяного цвета. Посыпать мукой и продолжать жарить 5–6 минут.

Поджаренные куски утки положить в сотейник или кастрюлю, влить немного горячей воды и тушить на слабом огне 25–30 минут. После этого в посуду добавить нарезанные и пассерованные морковь, петрушку, репчатый лук, нарезанный дольками картофель, лавровый лист, перец горошком, томат-пюре и тушить до готовности.

Утка с луком

Утка, 150 г свиного жира, 100 мл столового белого вина, 1 кг репчатого лука, 25 г муки, молотый черный перец, соль

Обработанную тушку посыпать солью, перцем и обжарить до образования румяной корочки. Затем залить горячей водой, вином и тушить, периодически переворачивая. Во время тушения ввести очищенные головки лука, а затем смесь пассерованной муки, разведенной с водой. Готовую утку поместить на блюдо. Гарнировать головками лука и залить соусом

Утка или гусь тушеные

0,5 кг утки или гуся, по 1 корню моркови и петрушки, 1 луковица, ½ стакана сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, лавровый лист, соль, перец

Подготовленные тушки утки или гуся разрезать на порционные куски, обжарить до румяного цвета, переложить в сотейник или кастрюлю. Содержимое до половины залить горячей водой, жиром и соком, выделившимися при жаренье, добавить лавровый лист, молотый перец, мелко нарезанные морковь, петрушку, лук и тушить до готовности под закрытой крышкой, добавив в конце сметану и соль.

При подаче на стол на гарнир подать вареный картофель и картофельное пюре и полить соком, в котором тушилось мясо.

Цыпленок жареный с помидорами и кабачками

600 -700 г цыпленка, 150 г сливочного масла, 100 г сметаны, 300 г помидоров, 400 г кабачков, зелень петрушки и укропа, молотый черный перец, соль.

Подготовленного цыпленка разрезать на четыре части, надрезать сухожилия суставов но-

жки крылышек, расправить их и слегка отбить. После этого посолить, поперчить, обжарить с обеих сторон в масле, залить сметаной, накрыть крышкой и протушить на слабом огне в течение 10–15 минут.

Помидоры и кабачки очистить, нарезать кружочками и обжарить.

Цыленка уложить на подогретое блюдо, гарнировать овощами, полить процеженным соком образовавшимся при жарении, и посыпать зеленью петрушки или укропа

Курица отварная

600 г курицы или цыленка, 15 г белых кореньев, 300 г соуса белого с желтками, соль, зелень.

Обработанную тушку заправить в «кармашек»: надрезав кожу на брюшке, вставить в разрезы ножки, кожу от шейки завернуть на спинку, крылышки подвернуть к спинке. Тушку положить в горячую воду (1 – 1,5 л на 1 кг продукта). Добавив коренья и соль, довести до кипения, а затем варить на слабом огне. Готовую птицу можно разрубить на части. На оставшемся бульоне приготовить соус и отварить рис.

Подать к столу под белым соусом, посыпав зеленью. Гарнир – рисовая каша или отварная

лапша домашнего приготовления. Так же готовят индейку отварную.

Курица жареная

800 – 1300 г курицы, 50 г маргарина, 50 г сливочного масла, 1 кг картофеля, зелень, соль.

Заправленную в «карманек» тушку посолить, положить спинкой вниз на сковороду с разогретым жиром и обжарить. Затем довести до готовности в жарочном шкафу, периодически поливая жиром. Готовую тушку разрубить вдоль грудной кости пополам и каждую половинку еще на несколько частей.

Порцию птицы положить на тарелку, сбоку – жареный картофель. Украсить листьями салата или веточками петрушки. Полить растопленным маслом или мясным соком. Вместо жареного картофеля можно отдельно подать маринованные фрукты или овощи, либо овощной салат.

Так же жарят и гарнируют индейку.

Курица фаршированная

400 г курицы, 110 г свинины, 40 г шпика, 1 яйцо, 50 г горошка зеленого, 150 мл молока, перец, мускатный орех, соль.

Подобранной тушке сделать продольный разрез вдоль позвоночника и срезать целиком кожу, оставляя слой мякоти толщиной 1 см.

Из остальной мякоти *приготовить фарш.* Мякоть с прибавлением свинины пропустить через мясорубку два-три раза, затем протереть через сито в несколько приемов, добавить сырое яйцо, молоко и хорошо выбить. В фарш положить нарезанный мелкими кубиками шпик, зеленый горошек, соль, перец, мускатный орех и перемешать. Полученным фаршем наполнить кожу, зашить разрез и придать изделию форму целой тушки. Завернуть ее в салфетку или пергамент, перевязать шпагатом и варить в бульоне при слабом кипении 1—1,5 часа. Готовую курицу охладить в бульоне, положить под легкий пресс и поставить в холодильник.

Курица отварная с овощами

1 курица, 5 картофелин, 5 шт. моркови, 1 корень петрушки, 2 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана сметаны, соль, перец.

В сотейник или кастрюлю положить очищенные и нарезанные дольками картофель, морковь и петрушку, на них — куски подготовленной курицы, добавить перец горошком, соль, залить со-

держимое до половины горячей водой и варить под закрытой крышкой. Когда мясо будет готово, добавить вареный зеленый горошек, сметану, масло и дать хорошо прокипеть.

Если варится старая курица, картофель закладывают после того как курица станет мягкой.

Курица отварная поджаренная

1 курица, 1 корень моркови, 1 корня петрушки, 3 столовые ложки сливочного масла, соль, перец, лавровый лист

Подготовленную курицу положить в горячую воду и варить при медленном кипении до полуготовности; потом добавить очищенные и крупно нарезанные морковь, петрушку, в конце варки — соль, лавровый лист, перец и варить до готовности мяса. Сваренную курицу разрезать на порции и жарить на хорошо разогретом сливочном масле до появления румяного цвета.

Курицу подать на стол с поджаренным на масле вареным картофелем и полить растопленным маслом.

Курица, тушенная с овощами

1 курица, 4–5 столовых ложек сливочного масла, по 500 г моркови и цветной капусты, по 200 г

синих баклажанов и зеленого горошка, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 стакан бульона, соль, лавровый лист.

Подготовленную тушку курицы посолить, обжарить в жире со всех сторон до румяного цвета, разрезать на порции и положить в сотейник вместе с протушенной с жиром и бульоном морковью, припущенным на масле зеленым горошком, поджаренными и обвалянными в муке кружочками синих баклажанов и вареными кочешками цветной капусты. Все содержимое сотейника залить бульоном и жиром, в котором жарилась курица, и тушить до готовности. Курицу подать на стол вместе с овощами, с которыми она тушилась.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

Треска, тушеная со щавелем

250 г рыбы, 150 г щавеля, 1 столовая ложка пшеничной муки, ½ стакана растительного масла, 1 помидор или 1 столовая ложка томата-пюре, 1 головка репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 10 маслин, 2 дольки лимона, перец, зелень, соль.

Порционные куски трески посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на

подсолнечном масле. Репчатый или зеленый лук, либо лук-порей нашинковать, прокипятить, помешивая, в посуде с маслом. Затем добавить листья свежего, тщательно вымытого щавеля без черешков, мелко рубленный и растертый с солью чеснок, разрезанные на дольки помидоры или томат-пюре. Все аккуратно перемешать и дать прокипеть.

Жареную рыбу уложить в глубокий сотейник или противень, залить подготовленной из овощей и зелени смесью, разровнять поверхность и тушить, не закрывая крышкой, в не очень горячей духовке или в закрытой посуде на плите в течение 1 часа.

При подаче кусок рыбы покрыть щавелевой массой, сверху положить прокипяченные в воде маслины и дольки лимона вместе с кожурой, посыпать зеленью петрушки или укропа. Так же можно приготовить сома.

Линь с капустой

1 кг линя, 1 яйцо, 3 столовые ложки сухарей, 3 столовые ложки сливочного масла, 5 столовых ложек растительного масла, 1 кг свежей капусты, 35 г сушеных грибов, 3 луковицы, ¼ стакана сметаны, ½ стакана грибного отвара, 3 горошины перца, 5 гвоздик, зелень, соль.

Линя очистить, промыть, отрезать голову, разделать на филе с кожей, нарезать порционными кусками, посыпать солью и перцем, смочить в яйце, обвалять в сухарях и жарить с обеих сторон до готовности.

Предварительно размоченные сушеные грибы отварить до готовности с добавлением ½ луковицы и отцедить отвар. Шинкованную капусту посолить, положить в кастрюлю, влить грибной отвар, припустить до полуготовности, добавить толченую гвоздику, корицу, сметану, пассерованный репчатый лук, обжаренные рубленые вареные грибы, все смешать и довести до готовности. Линя подать на стол с капустой, полить разогретым сливочным маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Треска, жаренная с тмином

800 г филе трески, 150 г репчатого лука, 100 мл растительного масла, 50 г муки, 3 яйца, 40 г сухарей, тмин, соль.

Филе рыбы без кожи и костей слегка отбить. На середину куска положить жареный лук, прикрыть другим куском, придать овальную форму и запанировать в смеси муки и толченого тмина. Затем смочить в яйце, обвалять в сухарях и поджарить на масле.

Караси в сметане

600 г карасей, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки пшеничных сухарей, 2 столовые ложки пшеничной муки, 1½ стакана сметаны, 1 кг картофеля, 3 столовые ложки сливочного масла для жарения картофеля, соль, перец.

Карасей очистить от чешуи и плавников, удалить внутренности, жабры, промыть, обтереть полотенцем, натереть солью, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон до румяного цвета. Жареных карасей положить на сковороду, смазанную маслом, вокруг обложить кружочками жареного картофеля, залить сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запекать в духовке.

Лещ с хреном и яблоками

1 кг леща, 250 г яблок, ½ стакана уксуса, 100 г хрена, по 1 корню моркови и петрушки, 1 луковица, 1 кг картофеля, соль

Леща очистить от чешуи, удалить плавники, голову и хвост, промыть, нарезать порционными кусками, посолить, залить холодной водой с уксусом (1 столовая ложка уксуса на 1 л воды), дать постоять 5–7 минут, слить воду и залить

соленым отваром, приготовленным из очищенных моркови, репчатого лука и петрушки, или водой, посолить и варить до готовности.

Рыбу подать на стол с отварным картофелем и тертым хреном, смешанным с тертыми кислыми яблоками.

Хек с тмином, жаренный в тесте

800 г хека (филе), 120 г муки, 100 мл молока, 2 яйца, тмин, соль.

Для приготовления теста в холодное молоко положить соль, яичный желток, муку, размешать и добавить взбитый белок. Небольшие кусочки филе посыпать солью, перцем, толченым тмином, смочить в тесте и поджарить в большом количестве разогретого жира.

Подавать рыбу с жареным картофелем, украсив ломтиками лимона и зеленью (вместо лимона можно положить ломтики соленого огурца).

Карп, тушеный с луком

1 кг карпа, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, 2 столовые ложки пшеничной муки, по 2 горошины душистого и горького перца, 2 лавровых листа, 3 гвоздики, 3–4 луковицы, 1 кг картофеля, зелень, соль.

Карпа очистить от чешуи, удалить плавники и внутренности, промыть, отрубить голову. Разрезать вдоль позвоночника, нарезать порционными кусками, посыпать солью и перцем, обкатать в пшеничной муке и жарить на растительном масле.

В сотейник или кастрюлю положить очищенный и слегка поджаренный репчатый лук, гвоздику, лавровый лист, душистый и горький перец, уксус. На эти продукты положить куски поджаренной рыбы, посыпать ее оставшимся поджаренным луком, залить бульоном, приготовленным из голов и плавников карпа, поставить в духовку и тушить до готовности.

При подаче на стол карп полить соком, в котором он тушился, и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки

Рыба, запеченная по-домашнему

900 г рыбы, 100 г репчатого лука, 2 яйца, 30 г томатной пасты, 8 г сушеных грибов, 80 мл молока, 120 мл растительного масла, 20 г сливочного масла для обжарки грибов, зелень, соль, перец.

Скумбрию, камбалу, ставриду или другую рыбу после оттаивания очистить, удалить голо-

ку, внутренности и плавники. Затем разрезать вдоль пополам и удалить позвоночник. Подготовленное филе нарезать на небольшие куски, посолить, посыпать перцем, запанировать в муке, затем смочить в льезоне (яйцо, смешанное с молоком) и жарить на хорошо разогретой сковороде в растительном масле или маргарине до полуготовности, пока не образуется золотистая корочка. Обжаренную рыбу отставить в сторону.

Предварительно намоченные грибы отварить, мелко нарезать, обжарить с репчатым луком. На смазанный жиром подогретый противень выложить обжаренную рыбу, а сверху — подготовленные грибы и лук. Полить все томатным соусом, посыпать тертым сыром, мелко нарубленной зеленью и запекать в духовом шкафу при температуре не более 160 °С в течение 10–15 минут. Рыбу подать с жареным или отварным картофелем, зеленым горошком. На тарелку можно положить кусочки соленого огурца, салат из капусты.

Сиченики из рыбы

400 г рыбы, 2–3 луковицы, 100 г пшеничного хлеба, 2 яйца, 2 столовые ложки сухарей, 3 столовые ложки растительного масла, соль, перец.

Рыбное филе (судака, щуки, окуня, трески, хека и т. д.) промыть, нарезать небольшими кусочками, пропустить через мясорубку вместе с нарезанным репчатым луком и размоченным в воде или молоке черствым хлебом, добавить соль, перец, яйца и все хорошо перемешать. Подготовленную массу разделить на порции, обвалять в сухарях, придать им овально-приплюснутую форму и жарить на растительном масле с обеих сторон.

Сниченки подать на стол с картофельным пюре или комбинированным гарниром.

Рыба отварная с черемшой

300 г черемши, 800 г рыбы, соль, перец, горчица.

Отварную рыбу охладить. Черемшу пропустить через мясорубку. Добавить специи по вкусу, перемешать и подать к рыбе в качестве гарнира.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Зеленые помидоры с морковью и чесноком

500 г зеленых помидоров, 2 головки репчатого лука, по 2 веточки сельдерея и петрушки, 4 мор-

кий, 4 столовые ложки растительного масла, 4 зубчика чеснока, соль, перец.

Мелко нарезанный репчатый лук положить на дно кастрюли, добавить отобранные, обмытые и нарезанные зеленые помидоры, мелко нарезанную зелень петрушки и сельдерея, очищенную, обмытую и нарезанную кружочками морковь. Посолить, посыпать перцем, залить растительным маслом и варить на слабом огне 30 минут с начала кипения. Когда помидоры будут готовы, добавить к ним толченый чеснок, выложить на тарелку, дать остыть.

Зеленые помидоры с орехами

5 зеленых помидоров, ½ стакана очищенных грецких орехов, 10 веточек зелени (петрушки, сельдерея, укропа), 5 зубчиков чеснока, болгарский перец, фруктовый уксус, соль.

К мелко нарезанной зелени (петрушки, сельдерея, укропа) добавить соль, толченый чеснок, болгарский перец и все хорошо перемешать. Полученной массой нафаршировать зеленые помидоры, предварительно сделав в них надрез, уложить их в один ряд на сковороду и запечь в духовом шкафу. Очищенные грецкие орехи, соль, чеснок, болгарский перец хорошо истолочь и

развести по вкусу фруктовым уксусом. Готовые помидоры густо обмазать этой приправой. Подавать горячими.

Шпинат, запеченный с яйцом

1 кг свежего шпината, ½ стакана молока, 4 яйца, 1 столовые ложки масла

Перебранный и промытый шпинат нарезать и отварить в подсоленной воде. Затем откинуть отваренный шпинат на сито или дуршлаг и дать стечь воде. После этого переложить шпинат на сковороду с подогретым маслом, слегка обжарить его, разровнять на сковороде, залить яйцами, взбитыми с молоком, и запечь в духовом шкафу. При подаче на стол посыпать сверху зеленью петрушки или укропа.

Морковь, тушенная с рисом и черносливом

60 г моркови, 10 г петрушки (корень), 15 г сливочного масла, 30 г чернослива, 25 г риса, 30 г сметаны.

Морковь и петрушку нарезать соломкой, обжарить. Чернослив отварить в небольшом количестве воды и вынуть из отвара. Овощи, перебранный и промытый рис положить в отвар и

тушить до готовности. При подаче к столу украсить черносливом, полить сметаной.

Морковь с рисом

3 моркови, 50 г сливочного масла, ½ стакана риса, 1 стакан молока, зелень, соль

Нарезать кружочками морковь, положить в посуду, добавить промытый рис, сливочное масло. Залить молоком и припустить до готовности. При подаче посыпать зеленью, посолить по вкусу.

Морковь, тушенная с яблоками и маслом

7 шт. моркови, 1 яблока, 3 столовые ложки сливочного масла, соль.

Сырую очищенную морковь нарезать крупными кубиками, добавить сливочное масло, немного воды и тушить. За 15 минут до готовности добавить дольки яблок, соль.

Морковь в молочном соусе

500 г моркови, 1 столовая ложка муки, ⅓ стакана молочного соуса, 3 столовые ложки масла, соль.

Очищенную морковь нарезать дольками, положить в кастрюлю, подлить немного бульона

или воды, добавить сливочное масло, соль, накрыть и тушить 20–30 минут. Подготовленную таким образом морковь залить горячим молочным соусом и осторожно перемешать.

Также могут быть приготовлены репа, зеленый горошек, стручки фасоли и спаржа. При этом репу нужно нарезать дольками, ошпарить горячей водой и затем отварить. Стручки фасоли нарезать ромбиками, а спаржу — столбиками, сварить.

Морковь со сливками

3 моркови, 2 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана сливок, соль.

Сварить морковь в подсоленной воде, обсушить, затем слегка припустить в сливочном масле. Залить густыми сливками. Если морковь крупная, ее следует измельчить, молодую морковь отварить целиком.

Бабка из моркови

1 кг моркови, 3 яйца, 1 стакан молотых сухарей, 3 столовые ложки пшеничной муки, ½ стакана сметаны, 3 столовые ложки сливочного масла, соль.

Очищенную морковь натереть на терке, слегка поджарить на части сливочного масла вместе

смолотыми сухарями, добавить сметану, растертые с сахаром желтки, оставшееся сливочное масло, пшеничную муку, соль и хорошо смешать. В подготовленную массу осторожно добавить взбитые белки, положить в сотейник или кастрюлю, смазанную маслом, и запекать в духовке в течение 1 часа. Бабку подать на стол с молочным соусом.

Топинамбур под соусом

500 г топинамбура, 1 чайная ложка уксуса, 50 г сливочного масла, 1 лимон, 500 г соуса, соль

Топинамбур промыть, очистить и отварить в подсоленной кипящей воде с уксусом. Отваренные клубни положить в сотейник с маслом, добавить сок лимона, прикрыть крышкой и поставить на сильный огонь. Когда клубни подрумянятся с одной стороны, перевернуть их на другую. Затем залить соусом и тушить до готовности. При подаче на стол положить на блюдо и полить тем же соусом.

Топинамбур, запеченный в соусе бешамель

500 г топинамбура, 50 г твердого сыра, зелень петрушки, соль.

Для соуса: 0,5 л молока, 2 желтка или 1 яйцо, 1 столовая ложка муки, соль, лимонная или молочная кислота, сливочное масло.

Хорошо промытые щеткой клубни очистить, сполоснуть, сварить в подсоленной воде. Затем отбросить на дуршлаг, дать воде стечь. Крупные клубни разрезать пополам, уложить на сковороду (лучше глубокую), залить заранее приготовленным соусом бешамель, посыпать тертым сыром, поставить в разогретую духовку на 10–15 минут. Подавать на стол, украсив веточками зелени петрушки.

Соус бешамель. Растопленное сливочное масло смешать с мукой, поджарить (не подрумянивая), развести молоком, добавить соль, молочную или лимонную кислоту. Довести до кипения и при непрерывном помешивании ввести желтки. Можно использовать яйцо и целиком, тогда его следует взбить до получения пышной массы и постепенно влить в нее горячий соус, проследив, чтобы белок не свернулся.

Патиссоны, жаренные с сыром и яйцом

2 патиссона, 1 яйцо, мука для панировки, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 15 мл подсолнечного масла, соль.

Для начинки: *50 г тертого сыра, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка мелко нарезанной зелени петрушки, соль.*

Патиссоны очистить и нарезать дольками толщиной 1–2 см, посолить и отложить. В кастрюлю положить сливочное масло, тертый сыр, яйцо, посолить, добавить зелень петрушки. Этой массой намазать патиссоны и сложить их по две дольки обвалять в муке, яйце и панировочных сухарях. Жарить на растительном масле. Подавать горячими.

Таким же способом можно приготовить и баклажаны.

Патиссоны жареные

1,5 кг патиссонов, 40 г муки, 60 г сливочного масла, 120 г сметаны, зелень петрушки, соль.

Плоды помыть, очистить от кожицы и зерен, нарезать ломтиками толщиной 7–8 мм, запанировать в подсоленной пшеничной муке, а затем поджарить. Подать с маслом или сметаной.

Патиссоны отварные

250 г патиссонов, 30 г сливочного масла, панировочные сухари, соль.

Молодые патиссоны опустить в кипящую подсоленную воду, варить 15–20 минут, вынуть из воды, заправить маслом и посыпать обжаренными панировочными сухарями.

Патиссоны, тушеные с мясом

500 г патиссонов, 200 г мяса, зелень, перец, соль.

Плоды нарезать кубиками, добавить к ним обжаренное, почти готовое мясо, посолить и тушить 15–20 минут в духовке. Подавать на стол, посыпав перцем и зеленью.

Тыква жареная

1 небольшая тыква, 200 г сливочного масла или 1 стакан растительного, 4 столовые ложки муки или толченых сухарей, 2 стакана сметаны.

Очистить тыкву от кожицы и семян, нарезать тонкими ломтиками, поджарить в масле на сковороде, обмакивая в муку или толченые сухари. За 5 минут до подачи на стол полить сметаной.

Тыква, запеченная с яйцом

400 г тыквы, 4 яйца, 50 г сливочного масла, соль.

Тыкву нарезать тонкими ломтиками и поджарить, посыпав солью. Выложить на сковоро-

ду смазанную маслом, залить яйцами и запечь. Можно тыкву нарезать кусочками, потушить, протереть, добавить яйца, перемешать, выложить на сковороду, смазанную маслом, и запечь.

Тыква с кизилом

500 г тыквы, 1 стакан кизила сушеного без косточек, 2 головки репчатого лука, соль.

Тыкву очистить от кожицы и семян, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить кипящей подсоленной водой так, чтобы она наполовину покрыла тыкву и, закрыв крышкой, варить до готовности. Затем охладить, мелко нарезать, добавить нашинкованный сушеный кизил без косточек, нашинкованный репчатый лук, переложить в сотейник, немного потушить и снять с огня.

Тыква с йогуртом

250 г молодой тыквы, 1 столовая ложка муки, 1 яйцо, 1 столовая ложка тертого твердого сыра, панировочные сухари, 20 мл подсолнечного масла для обжаривания, 100 г йогурта, зелень петрушки и укропа, соль.

Очищенную тыкву нарезать ломтиками, посолить и дать отлежаться. Ломтики обсушить,

обвалять в муке, взбитом яйце и панировочных сухарях, к которым добавлен тертый сыр. Обжарить и залить подсоленным йогуртом, смешанным с измельченным укропом или зеленью петрушки. Подать с отварным картофелем.

Икра из огурцов, картофеля, моркови и лука

500 г соленых огурцов, по 300 г картофеля и моркови, 3 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки нарезанного зеленого лука, соль, перец

Очищенные и разрезанные соленые огурцы слегка отжать, мелко нарезать и тушить вместе с поджаренным репчатым луком. Подготовленные огурцы смешать с отваренным в кожице и очищенным картофелем, мелко нарезанной и обжаренной морковью, порубить до получения однородной массы, посолить и заправить перцем и растительным маслом. При подаче на стол блюдо посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Тыква, запеченная с сыром

300 г очищенной молодой тыквы, 2 яйца, 80 г муки, 50 мл молока, 20 г тертого твердого сыра,

4 столовые ложки сметаны, соль, 20 мл растительного масла для обжаривания.

Тыкву очистить и нарезать плоскими кусочками, посолить и оставить на некоторое время. Из молока, яиц, муки и соли приготовить густое тесто, обмакнуть в него кусочки тыквы (предварительно можно обсушить их) и обжарить на разогретом растительном масле с обеих сторон до появления розовой корочки.

Обжаренную тыкву сложить в форму, смазанную жиром, полить сметаной, посыпать сыром и запекать в духовке на сильном огне приблизительно 15 минут. Тыкву подавать горячей с картофельным пюре.

Брюква жареная

4 брюквы, 2 столовые ложки пшеничной муки, 4 столовые ложки подсолнечного масла, ¼ стакана сметаны, соль и перец по вкусу, 1 пучок зелени петрушки или укропа.

Очищенную от кожуры брюкву нарезать широкими ломтиками толщиной 1 см. Перед жареньем посыпать мелкой столовой солью, перцем и запанировать в пшеничной муке. Обжарить ломтики брюквы с обеих сторон в подсолнечном

масле до образования румяной корочки, довести до готовности в духовом шкафу.

Подать в горячем виде со сметаной и луком, посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа.

Брюква, запеченная с яйцом и тертым сыром

4 брюквы, 3 столовые ложки сливочного масла, 3 яйца, ½ стакана сметаны, ½ стакана тертого сыра, 1 пучок укропа

Очищенную от кожуры брюкву нарезать небольшими ломтиками, припустить или пожарить со сливочным маслом до готовности. Положить ломтики брюквы ровным слоем на противень. Сырые яйца хорошо смешать со сметаной и тертым сыром. Этой массой залить подготовленную брюкву. Запечь в духовке. При подаче посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа.

Брюква, фаршированная творогом

4 брюквы, 200 г творога, 2 столовые ложки манной крупы, 1 яйцо, 2 столовые ложки сливочного масла, сметана, соль.

Брюкву очистить, отварить, разрезать пополам и ложкой сделать в каждой половинке уг-

...дления, чтобы получились «чашечки». Творог протереть, смешать с манной крупой, яйцами и мелко нарубленной, вынутой из «чашечек» брюквой. Добавить половину взятого по рецептуре масла, посолить. Фарш хорошо вымешать, заполнить им «чашечки», сбрызнуть маслом. Запечь в духовке и подать со сметаной.

Брюква с грибами, тушеная в сметане

200 г брюквы, 2–3 гриба, 1 головка репчатого лука, 20 г сметаны, соль

Брюкву очистить, нарезать ломтиками. Добавить мелко нарезанные грибы, нашинкованный лук. Тушить в сметане до готовности, посолить.

Кабачки жареные

Для жаренья надо отобрать некрупные кабачки с мелкими зернами. Кабачки очистить, нарезать ломтиками толщиной примерно 1 см, посолить, обвалять в муке и обжарить на масле с обеих сторон до образования румяной корочки. Если после обжаривания кабачки окажутся жестковатыми, их надо накрыть крышкой и в таком виде оставить на слабом огне 5–10 минут. Готовые кабачки можно залить сметаной и дать прокипеть или же подать сметану отдельно.

Кабачки в сметане

3–4 небольших кабачка, 150 г сливочного масла, ½ стакана сметаны, соль.

Нарезать кабачки тонкими кружочками, посолить, через 30 минут пожарить на сковороде в сливочном масле с обеих сторон, залить сметаной, дать прокипеть, подавать горячими.

Кабачки фаршированные

Для фарширования лучше всего брать некрупные кабачки. Очистить их от кожуры, срезать концы, ложкой удалить семена. После этого промыть кабачки, наполнить фаршем (мясным, крупяным, грибным или овощным) и со всех сторон обжарить на масле, затем переложить в глубокую посуду, подлить туда бульон или сметану, закрыть крышкой и тушить 30–40 минут. При подаче на стол кабачки переложить на блюдо, нарезать и полить соусом, полученным при тушении.

Икра из печеных кабачков

2 кабачка, 1 головка репчатого лука, молотый черный перец, соль, уксус, подсолнечное масло.

Кабачки испечь в духовке до мягкости, остудить, снять кожицу, мякоть размять в пюре. До-

бавить мелко нарубленный репчатый лук, молотый черный перец, соль, уксус, подсолнечное масло. Перемешать и уложить горкой на тарелку.

Икра из свеклы

4 свеклы, 2 головки репчатого лука, 2 столовые ложки томата, 3 столовые ложки подсолнечного масла, соль, перец.

Свеклу испечь, очистить и натереть на терке. Смешать с натертым на терке репчатым луком. Посолить и поперчить по вкусу, добавить томат, перемешать, выложить на сковороду и жарить на медленном огне на подсолнечном масле 30 минут.

Свекла печеная с орехами и чесноком

4 свеклы, 1 стакан очищенных грецких орехов, 4 зубка чеснока, ½ стакана фруктового уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, зелень петрушки, болгарский перец, соль.

Свеклу вымыть, испечь, очистить от кожуры и очень мелко нарезать. Очищенные грецкие орехи, соль, чеснок, болгарский перец хорошо истолочь, развести во фруктовом уксусе, соединить все это с нарезанной свеклой, хорошо перемешать, добавив растительное масло, и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Свекла, тушенная с капустой

200 г свеклы, 20 г репчатого лука, 150 г квашеной капусты, 20 г жира, 10 г томатной пасты, 75 г сметанного соуса, соль, молотый перец.

Свеклу испечь в жарочном шкафу, очистить, нарезать соломкой и спассеровать с луком. Капусту отжать и протушить с добавлением томата. Продукты соединить, заправить перцем и солью, перемешать и тушить 15–20 минут, добавив сметанный соус.

Свекла, запеченная с яйцом

4 свеклы, 1 столовые ложки пшеничной муки, 4 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана сметаны, 4 яйца.

Свеклу испечь или сварить в воде, не очищая от кожуры. Затем очистить, нарезать крупными дольками, запанировать в пшеничной муке, обжарить в сливочном масле, залить посоленной смесью сметаны с сырыми яйцами и запечь в духовке. Подавать на стол можно в сковороде.

Свекла, тушенная в сметане

100 г свеклы, 40 г репчатого лука, 5 г муки, 20 г жира, 30 г сметаны, соль, зелень.

Свеклу очистить, отварить и нарезать соломкой или кубиками. Добавив жир, обжаренный с мелкой зук и сметану, тушить в течение 15 минут. При подаче к столу заправить маслом, солью и посыпать зеленью.

Свекла фаршированная

Свеклу промыть, испечь, а затем очистить и чайной ложкой выбрать середину. Подготовленную таким образом свеклу наполнить мясным фаршем с рисом, положить на сковороду, смазанную маслом, и запекать в духовом шкафу 15–20 минут

Перед подачей на стол свеклу залить сметаной, снова поставить на несколько минут в духовой шкаф, затем переложить на блюдо и залить образовавшимся соусом.

Свекла, тушеная с квашеной капустой

600 г свеклы, 100 г квашеной капусты, 2 луковицы, 2 столовые ложки томатного пюре, 3 столовые ложки жира, 1 стакан сметанного соуса, соль, перец.

Печеную свеклу очистить от кожицы, нарезать соломкой и жарить со слегка поджаренным

репчатым луком. Квашеную капусту отжать от рассола. Тушить с добавлением томата-пюре до готовности, смешать с поджаренной свеклой и луком, заправить молотым перцем и солью. Все это перемешать, тушить 15–20 минут, добавить сметанный соус и тушить еще 5 минут.

Свекла с черносливом

3 свеклы, 1 стакан чернослива, 3 столовые ложки растительного масла, 1 стакан кипятка.

Свеклу испечь, очистить, нарезать в виде лапши, полить оливковым маслом. Чернослив вымыть, залить крутым кипятком так, чтобы вода покрыла чернослив. Как только чернослив станет мягким, вынуть и положить в свекольную лапшу, хорошо перемешать, добавить по вкусу черносливовый отвар.

Баклажаны, жаренные с помидорами

500 г баклажанов, 500 г помидоров, 2 столовые ложки жира, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка мелко нарезанной зелени петрушки, соль, перец.

Подготовленные баклажаны и помидоры нарезать кружочками толщиной 1 см, посыпать солью, перцем, обвалять в пшеничной муке и жа-

рить до готовности в разной посуде. При подаче на стол баклажаны и помидоры соединить, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и сбоку подлить сметану

Баклажаны, фаршированные сыром

10 баклажанов, 3 яйца, 1 стакан тертого плавленого сыра, 4 столовые ложки топленого масла, чеснок, простокваша или кефир, соль.

Баклажаны промыть, срезать плодоножку. Надрезать баклажаны вдоль и чайной ложкой удалить из них семена, после этого опустить на 5 минут в кипящую подсоленную воду и откинуть на сито. Мелко нарезать сваренные вкрутую яйца, добавить тертый сыр, топленое масло и тщательно перемешать. Наполнить этим фаршем баклажаны, положить на противень, смазанный маслом, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. К баклажанам можно подать простоквашу с измельченным чесноком.

Баклажаны, тушенные с помидорами

4 баклажана, 4 помидора, 4 столовые ложки растительного масла, 2 стакана бульона, 2 столовые ложки рубленого зеленого лука, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зеленого салата, соль, перец.

Баклажаны очистить от кожицы и нарезать кружками. Помидоры разрезать пополам. Подготовленные продукты обжарить на растительном масле, положить в неглубокую посуду. Залить разведенным бульоном, добавить растертый чеснок, соль, перец и тушить на плите или в духовом шкафу 10–15 минут.

При подаче баклажаны посыпать зеленым луком и украсить листьями салата.

Баклажаны тушеные

150 г баклажанов, 150 г помидоров, 50 г сметаны, 40 мл растительного масла, зелень, соль, перец.

Баклажаны и помидоры нарезать, обжарить на растительном масле, залить сметанным соусом и тушить до готовности, добавив немного бульона, чеснока, перца и соли.

Баклажаны с рисом и помидорами

9 баклажанов, 9 помидоров, 5 головок репчатого лука, 5 столовых ложек риса, 100 г сливочного масла, черный перец, соль.

Молодые баклажаны обмыть и на каждом сделать долевой надрез длиной 3–4 см. В подсоленной воде отварить рис до полуготовности, до-

бавить молотый черный перец, перемешать и начинить этой массой баклажаны. Фаршированные баклажаны уложить в один слой надрезом вниз на разогретую сковороду с маслом и обжарить со всех сторон. Готовые баклажаны поместить в неглубокую кастрюлю, добавить поджаренный в масле нашинкованный репчатый лук, сверху положить нарезанные маленькими тоненькими дольками помидоры, добавить масло, закрыть крышкой и тушить приблизительно 20 минут.

Баклажаны с луком

4 баклажана, 2 головки репчатого лука, 4 столовые ложки пшеничной муки, 1 стакан сметаны, 2 столовые ложки томата-пюре, 4 столовые ложки сливочного или растительного масла, соль.

Баклажаны обмыть, срезать концы, ошпарить, нарезать тонкими ломтиками, посолить, обвалять с обеих сторон в муке и обжарить на масле. Репчатый лук нарезать кольцами и тоже обжарить на масле. Готовые баклажаны переложить на блюдо, чередуя их с жареным луком, а на сковороду, где жарились баклажаны, положить сметану, томат-пюре; смешать, дать прокипеть и затем этим соусом залить баклажаны.

Баклажаны, тушеные в сметане

1 баклажана, 2 столовые ложки пшеничной муки, 4 столовые ложки сливочного масла, 2 стакана сметаны, соль, зелень.

Баклажаны очистить, обмыть, нарезать ломтиками, положить в горячую подсоленную воду на 5 минут, затем окунуть на сито, дать стечь воде, обвалять в муке и обжарить. Положить в кастрюлю, залить сметаной и тушить 40 минут. При подаче на стол посыпать зеленью укропа.

Баклажаны, запеченные с сыром

2 баклажана, 100 г твердого сыра, 40 г сливочного масла, 1 небольшая луковица, 1 яйцо, зелень петрушки, панировочные сухари, 1 столовая ложка молока, 2 столовые ложки сметаны, молотый черный перец, соль

Баклажаны очистить, вымыть, разрезать вдоль на половинки, середину вынуть ложкой и перемешать с тертым сыром, панировочными сухарями, молоком, сбрызнуть маслом, добавить пряности, соль, размешать все с яйцом, мелко нарезанным луком и зеленью петрушки. Этой массой наполнить половинки баклажанов и запечь в смазанной жиром форме из огнеупорного стекла, залив сверху сметаной. Очищенные

баклажаны следует класть в подкисленную во-
ду, чтобы они це потемнели.

Баклажаны «соте»

1 кг баклажанов, 100 г сладкого перца, 150 г помидоров, 200 мл растительного масла, зелень петрушки, соль.

Баклажаны очистить от кожицы (у молодых баклажанов кожицу можно не снимать), нарезать кружочками, слегка посолить и обжарить в растительном масле. Помидоры мелко нарезать, обжарить, соединить с мелко нарезанным печеным сладким красным перцем. Посолить. На блюдо уложить обжаренные кружочки баклажанов, на каждый кружочек положить смесь помидоров с перцем. Готовые баклажаны посыпать рубленой зеленью петрушки.

Икра из баклажанов

6 баклажанов, 2 головки репчатого лука, 4 веточки зелени петрушки, 4 перышка зеленого лука, 1 столовая ложка растительного масла, перец, соль.

Вымытые баклажаны испечь без жира, снять кожицу, мякоть изрубить, добавить соль, моло-

тый черный перец, мелко нашинкованные репчатый лук и зелень петрушки, перемешать. Затем переложить на тарелку и сверху посыпать мелко нарезанным зеленым луком, добавить в икру растительное масло.

Икра из баклажанов с жареным луком и помидорами

6 баклажанов, 1 головка репчатого лука, 4 помидора, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, соль, перец.

Баклажаны испечь или сварить, снять кожицу, мякоть изрубить, добавить слегка обжаренные помидоры и поджаренный на растительном масле репчатый лук. Посолить, поперчить, заправить растительным маслом и уксусом. Все еще раз перемешать, прокипятить на слабом огне (для удаления из икры влаги) и охладить.

Бобы с маслом и луком

1 стакан бобов, 1 пучок зелени, 2 головки репчатого лука, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, перец.

Бобы перебрать, промыть, замочить на 5–8 часов и затем сварить, добавив пучок зелени. После варки зелень удалить. Бобы посолить и по-

снять перцем. Перемешать с мелко нарезанным репчатым луком, поджаренным в масле.

Бобы с томатом и луком

2 стакана бобов, 1 пучка зелени, 4 головки репчатого лука, 100 г сливочного масла, 1 стакан томата, головка чеснока, 200 г грудинки, соль.

Отварить бобы. Добавить поджаренный на масле репчатый лук, томат, растертый с солью чеснок, зелень и копченую грудинку. Все хорошо перемешать и тушить примерно 10 минут.

Бобы зеленые тушеные

750 г бобов, 5 перьев лука, ½ стакана подсолнечного масла, 1 стакан воды, 5 зубков чеснока, по 3 столовые ложки петрушки и укропа, 1 столовая ложка муки, соль, томаты, лимон.

Мелко нарезать зеленый лук, влить подсолнечное масло, воду, посолить и довести до кипения. Положить бобы, нарезанные крупными кусочками, и варить на слабом огне до мягкости. Затем прибавить мелко нарезанные зубки чеснока, зелень петрушки и укропа, разведенную холодной водой муку и, если необходимо, немного горячей воды. Сверху уложить кружочки

красных томатов или ломтики лимона. Тушить до тех пор, пока не испарится вся вода.

Подавать на стол в холодном виде.

Зеленый горошек с салатом

2 стакана зеленого горошка, ½ стакана салата латук, 2 головки репчатого лука, 60 мл воды, 3 столовые ложки сливочного масла, зелень петрушки и укропа, сахар, соль.

Положить зеленый горошек в кастрюлю, добавить нарезанные листья латука, репчатый лук, сливочное масло, соль, зелень, сахар. Подлить горячей воды и припустить в закрытой посуде до готовности на небольшом огне.

Лук репчатый тушеный

500 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, ½ стакана сметаны, 3 яйца, 1 столовая ложка молотых сухарей, 50 г тертого сыра, соль.

Нарезать лук кольцами, посолить и тушить в масле, изредка помешивая, до готовности. Затем положить его ровным слоем на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, полить сметаной, смешанной с сырыми яйцами, посыпать тертым сыром и дать подрумяниться в духовке.

Лук репчатый жареный

500 г репчатого лука, ⅓ стакана пшеничной муки, ½ стакана растительного масла.

Лук, нарезанный кольцами, посыпать мукой и жарить в сильно разогретом растительном масле 10 минут, пока лук не приобретет золотистый цвет. Подавать его как гарнир главным образом к жареному мясу. При подаче жареный лук подогреть на плите.

Пюре из зеленого горошка и латука

½ стакана горошка, 100 г латука, 3 корня петрушки, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Залить зеленый горошек кипящей водой так, чтобы вода только покрыла его. Положить пучок латука и несколько корешков петрушки. Готовый горошек протереть через сито. Заправить маслом и отваром горошка.

При подаче пюре хорошо прогреть.

Сельдерей, тушенный с овощами

6 стеблей сельдерея, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 помидор, ½ стакана бульона, 50 г сливочного масла, соль, перец.

Корень сельдерея со стеблем очистить, промыть и нарезать кусочками длиной 5 см. Морковь, нарезанную соломкой, и репчатый лук спассеровать, не давая им зарумяниться. С помидоров снять кожицу, нарезать четвертушками, положить в кастрюлю сельдерей, пассерованный лук, морковь, соль, перец, залить небольшим количеством бульона или мясного сока. Тушить 1 час.

Спаржа с орехами

500 г спаржи, [illegible] стакана очищенных грецких орехов, 2 зубчика чеснока, цветочки зелени кинзы, 6 веточек зелени петрушки, 5 веточек зелени укропа, фруктовый уксус, болгарский перец, соль

Очистить спаржу, удалить твердые части так, чтобы не повредить головки, потом поломать ее и промыть холодной водой, высыпать в кастрюлю с небольшим количеством кипящей воды, закрыть крышкой и варить 20–25 минут до готовности, чтобы спаржа не переварилась (воды должно быть налито столько, чтобы к моменту готовности спаржи она вся выкипела).

Очищенные грецкие орехи, соль, болгарский перец, чеснок, зелень кинзы хорошо истолочь, добавить мелко нарезанную зелень петрушки,

...ырка, развести фруктовым уксусом, добавить ...отваренной остуженной спарже, хорошо пере-...мешать и выложить на тарелку.

Спаржа с сыром

Спаржа, соль.

Для соуса: *20 г муки, 20 г сливочного масла, 400 мл отвара, 1 яйцо, 50 г тертого сыра, 100 г сметаны.*

Спаржу очистить и отварить в слегка подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, положить в огнеупорную посуду.

Приготовить соус. Для этого взять муку, сливочное масло и отвар. Сняв соус с огня, добавить яйцо, тертый сыр, сметану. Спаржу залить приготовленным соусом, сверху посыпать тертым сыром, затем запечь в горячем духовом шкафу.

Плов овощной

2 стакана риса, 3 помидора или 3 столовые ложки томатной пасты, 3 луковицы, 1 морковь, 6 грибов, черный молотый перец, соль.

В казане обжарить в растительном масле лук и морковь с помидорами или томатной пастой до золотистого цвета, затем добавить промытый

рис, перемешать, залить водой в соотношении на 1 стакан риса 2½ стакана воды, посолить, поперчить и варить на слабом огне под крышкой до тех пор, пока рис впитает воду. Подавать посыпав свежей зеленью и по желанию толченым чесноком.

В плов рис можно положить и заранее обжаренные грибы.

Плов по-болгарски

70 г [illegible], 20 г репчатого лука, 15 мл растительного масла, 2 г [illegible] перца, 30 г помидоров, соль, [illegible]

Лук мелко нарезать и обжарить в сотейнике с толстым дном. Добавить нарезанный тонкими кольцами перец, рис, измельченные помидоры, воду и соль, протушить в жарочном шкафу. Подать к столу, посыпав рубленой зеленью.

Голубцы с овощами и рисом

1 кг капусты белокочанной, 3 моркови, 1 корень петрушки, 5 помидоров, 1 стакан томатного соуса, 2 столовые ложки растительного масла, ½ стакана масла, ½ стакана риса, 3 луковицы, 1 столовая ложка пшеничной муки, молотый черный перец, соль, зелень

Вырезать кочерыжку так, чтобы кочан остался целым, опустить его в подсоленную кипящую воду и варить 10–12 минут. Разобрать на отдельные листья, положить на них готовый овощной фарш и завернуть. Голубцы обжарить на раскаленной с маслом сковороде с обеих сторон, сложить в посуду с толстым дном, залить томатным соусом и поместить в разогретый духовой шкаф на 1 час.

Для фарша. Овощи нарезать соломкой, лук — полукольцами и обжарить; смешать с отваренным рисом, добавить соль, перец и мелко нарезанную зелень.

Для соуса. Муку слегка обжарить на сковороде с маслом до золотистого цвета, соединить с овощным бульоном или водой, размешать до образования однородной массы и варить 10 минут на слабом огне, затем добавить томатную пасту, соль, перец и прокипятить.

Голубцы овощные

800 г капусты, 100 г моркови, 100 г репы, 150 г репчатого лука, 1 яйцо, 40 г риса, 60 г жира, зелень, соль, перец.

Спассеровать репу, морковь, репчатый лук; отварить рис, смешать с овощами, отварить

вкрутую яйцо, измельчить, добавить в фарш, добавить молотый перец, соль, зелень петрушки и все хорошо перемешать.

В подготовленные листья капусты завернуть фарш, затем голубцы выложить на смазанный жиром противень, обжарить, залить сметанным соусом с томатом и тушить в духовом шкафу в течение 1–1,5 часа до готовности. При подаче полить соусом, в котором тушились голубцы.

Голубцы с рисом и луком

2 кг капусты белокочанной, 200 г риса, 100 г репчатого лука, 2 столовые ложки муки, 3 столовые ложки растительного масла, 50 г томата-пюре, соль, черный молотый перец, зелень укропа.

Капусту освободить от верхних листьев и кочерыжки, опустить в кастрюлю с горячей водой и варить 15–20 минут, затем опустить в холодную воду, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Готовую капусту разобрать на отдельные листья.

Мелко рубленный лук спассеровать на масле, соединить с отваренным рисом, посолить, поперчить. Полученный фарш плотно завернуть в капустные листья (в виде конверта). Голубцы обвалять в муке, обжарить с двух сторон на масле. Уложить в сотейник (утятницу), залить тома-

томатное пюре и тушить 25–30 минут. Готовые голубцы посыпать зеленью укропа (можно тушить и подавать голубцы со сметаной).

Начинку для голубцов можно приготовить из риса, грибов и лука; из кореньев, лука и риса; из перловой крупы, лука и грибов.

Доводить голубцы до готовности следует в духовке, а не на плите. Тогда они равномерно зарумянятся и не подгорят.

Голубцы с грибами и яйцом в сметане

½ кочана капусты, 20 г муки, 20 г сливочного масла, 100 г сметаны, соль

Для начинки: *150 г грибов, 1 небольшая луковица, 20 г сливочного масла, зелень петрушки, 1 яйцо, соль.*

Капусту вымыть, разобрать на листья и обдать кипятком, чтобы листья стали мягкими. Утолщения можно отбить или посечь. На середину каждого листа положить начинку и завернуть края так, чтобы начинка была полностью закрыта. Обвалять голубцы в муке, сложить в посуду из огнеупорного стекла, полить растопленным сливочным маслом, сметаной и запечь в духовом шкафу.

Для фарша. Мелко нарезанный лук спассеровать на масле, добавить нарезанные грибы и ту-

шить до готовности. Добавить измельченную зелень петрушки, посолить, вбить яйцо. В грибной фарш можно добавить рубленое мясо.

Голубцы с творогом

½ стакана вареного риса, 3 яйца, 300 г творога, 800 г капусты белокочанной, ½ стакана сметаны, 50 г сливочного масла, 25 г зелени петрушки или укропа, соль, перец

Вареный рис охладить до 40–45 °С и смешать с сырыми яйцами и протертым творогом, заправленным солью и перцем. Приготовленный фарш завернуть в цельные капустные листья, сваренные до полуготовности.

Голубцы обжарить в сливочном масле, положить в кастрюлю, залить сметаной, в которой они тушились, посыпать зеленью укропа или петрушки.

Голубцы овощные

1 кг капусты, 1 моркови, 3 головки лука, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 стакан сметаны, 2 помидора, по 2 столовые ложки томатпюре и масла, соль.

Кочан капусты очистить, вырезать кочерыжку, опустить в подсоленный кипяток и варить

до 15 минут, после этого выложить на сито, дать
течь воде, разобрать на отдельные листья, ко-
торые разложить на столе. С гребли листьев надо
срезать или срезать ножом. На подготовленные
таким образом листья капусты положить овощ-
ной фарш и завернуть его в листья, придавая го-
лубцам продолговатую форму.

Голубцы обжарить на сковороде с маслом, сложить в неглубокую кастрюлю, добавить сметану, томат-пюре, накрыть крышкой и поставить тушить на слабый огонь или в горячий духовой шкаф на 30 - 40 минут. Во время тушения голубцы надо несколько раз поливать соусом. Готовые голубцы переложить на блюдо и полить соусом, в котором они тушились.

Фасоль стручковая с луком и помидорами

50 стручков фасоли, 1 головка репчатого лука, 4 помидора, 50 г сливочного масла, 1 пучок петрушки, 1 столовая ложка пшеничной муки, соль.

Репчатый лук поджарить на сливочном масле или маргарине до золотистого цвета, соединить с зелеными стручками фасоли, налить немного воды и тушить почти до готовности. Затем посолить и добавить очищенные от кожуры и на-

резанные крупными дольками помидоры. Посыпать поджаренной мукой, чтобы масса овощей загустела. При подаче посыпать фасоль мелко нарезанной зеленью петрушки.

Фасоль стручковая с морковью

20 стручков фасоли, 2 моркови, 50 г сливочного масла, 1 стакан молока, соль.

Очищенные от прожилок стручки фасоли и морковь нашинковать в виде крупной лапши. Морковь слегка поджарить на сливочном масле, добавить к ней фасоль, немного молока и тушить в закрытой посуде, когда овощи станут мягкими, посолить и заправить молочным соусом. Подавать с гренками из белого хлеба

Фасоль стручковая с маслом и яйцами

1 кг стручковой фасоли, 100 г сливочного масла, 4 яйца, 2 стакана воды, соль.

Стручки фасоли очистить, разломить на кусочки, промыть холодной водой, положить в кипящую воду, закрыть крышкой и варить до готовности (около двух часов). Когда стручки разварятся и вся вода выкипит, добавить соль, масло и тушить 10 минут. Потом добавить сырое взбитое

жно, хорошо перемешать, залить оставшимся взбитыми яйцами, поверхность разровнять, закрыть кастрюлю крышкой и тушить блюдо до готовности яиц.

Фасоль стручковая в сметане

0,5 кг стручковой фасоли, 3 столовые ложки сливочного масла (маргарина), 3 столовые ложки муки, чеснок, ½ стакана сметаны, молотый красный перец, уксус, соль

Фасоль перебрать, промыть, срезать концы стручков, очистить от волокон. Нарезать кусочками, залить небольшим количеством кипятка, добавить соль и сварить. Перец поджарить на масле, добавить муку, сделать заправку, развести отваром из фасоли и сметаной, влить в фасоль, вскипятить. Приправить по вкусу растертым с солью чесноком и уксусом.

Подать с картофелем.

Фасоль зеленая с йогуртом

250 г молодой зеленой фасоли, 1 луковица, 1 столовая ложка подсолнечного масла, 1 помидор, 1 сладкий красный перец, 1 зубчик чеснока, молотый черный перец, зелень петрушки, 2 столовые ложки йогурта, соль.

Фасоль очистить, удалить волокна и порезать стручки на мелкие кусочки. Положить в кипящую подсоленную воду и варить до готовности. Консервированную фасоль отваривать не надо. Мелко нарезанный лук слегка обжарить на масле, добавить в него сладкий красный перец, очищенный помидор, немного подержать на огне и отставить.

В фасоль положить чеснок, растертый с солью, черный перец, резаную зелень петрушки и все осторожно перемешать. Разложить на тарелки и украсить йогуртом и зеленью петрушки. Подать с картофелем или хлебом.

Фасоль стручковая отварная со сливочным маслом

1 кг стручковой фасоли, 1 столовые ложки сливочного масла (маргарина), толченые сухари, соль

Фасоль перебрать, тщательно промыть, срезать концы стручков, очистить от волокон, опустить в кипящую воду, посолить, сварить в открытой посуде. Толченые сухари подрумянить на сухой сковороде. Фасоль отцедить, посыпать сухарями и полить растопленным маслом. Подавать с картофелем или с хлебом.

Фасоль, запеченная с шампиньонами и со сметаной

200 г фасоли, 30 г жира, 1 небольшая луковица, 100 г шампиньонов, 20 г панировочных сухарей, 2 яйца, 150 г сметаны, молотый тмин, зелень петрушки или лук-резанец, молотый черный перец, масло, панировочные сухари для подготовки формы, соль.

На жире спассеровать мелко нарезанный лук, добавить нарезанные дольками шампиньоны, тмин или черный перец. Тушить под крышкой на среднем огне, затем добавить фасоль и еще тушить. Посыпать панировочными сухарями и выложить в смазанную жиром и посыпанную панировочными сухарями форму из огнеупорного стекла, залить смешанной с яйцами сметаной. Запекать в разогретом духовом шкафу на среднем огне. Готовое блюдо посыпать зеленью петрушки или луком-резанцем.

Фасоль спаржевая зеленая

500 г спаржевой фасоли, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка сухарей, соль.

Спаржевую фасоль очистить, промыть, разрезать на кусочки длиной 3–4 см и отварить в подсоленной воде до готовности.

Отваренную фасоль откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и при подаче на стол полить сливочным маслом с тертыми, слегка обжаренными сухарями.

Фасоль (горох) с маслом и луком

1 стакан фасоли (гороха), 2 столовые ложки томата-пюре, 1 цыбовина, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Промытую и замоченную фасоль (горох) варить до размягчения, отвар слить, добавить поджаренный на сливочном масле лук, посолить и перемешать.

Фасоль со сметаной

500 г фасоли, 250 г сметаны, 5 зубков чеснока, укроп, соль.

Сваренную фасоль залить хорошо взбитой сметаной. Можно положить чеснок или мелко нарезанный укроп. Подавать как салат или гарнир к мясу.

Фасоль с жареным луком

2 стакана фасоли, 2 головки репчатого лука, 3 столовые ложки растительного масла, соль, перец, зелень укропа и петрушки.

Фасоль залить водой на несколько часов, затем сварить в этой же воде. Сваренную фасоль процедить, протереть через сито, слегка развести отваром. Заправить солью, перцем, мелко нарезанным и поджаренным на растительном масле луком, взбить ложкой и выложить на блюдо, украсив зеленью.

Овощной шницель

800 г капусты, 100 г моркови, 2 яйца, 150 г зеленого горошка, 10 г муки, 120 г сливочного масла, петрушка, соль.

Небольшой кочан капусты и морковь почистить, вымыть, отварить в подсоленной воде. Затем мелко нарезать капусту и морковь, добавить зеленый горошек, немного петрушки, взбить яйца, всыпать муку и все тщательно перемешать. Разогреть сковороду, овощную массу разделать ложкой, выложить на сковороду, придав форму шницеля.

Капуста в сметане

1 кг капусты, 50 г репчатого лука, 60 мл подсолнечного масла, 200 г сметаны, соль.

Капусту вымыть, нашинковать, положить на 10–15 минут в подсоленный кипяток, охладить.

С легка обжарить мелко нарубленный лук, смешать с капустой, залить небольшим количеством бульона или воды, посолить по вкусу. Затем переложить все это в кастрюлю и запекать в духовом шкафу, после чего залить сметаной.

Капуста с перловой крупой

1 стакан перловой крупы, ½ кочана капусты, 3 помидора и по 5 столовых ложек томатной пасты, 2 луковицы, 1 небольшой кабачок, перец, соль.

В гусятницу налить растительное масло (1–1,5 см), обжарить лук до золотистого цвета, добавить помидоры или томатную пасту. Мелко нашинковать капусту. Перемешать с отваренной почти до готовности перловой кашей, посолить, поперчить и тушить на слабом огне под плотной крышкой. Когда масло впитается, подлить немного воды. Можно обойтись и без воды, если вместе с помидорами или томатной пастой положить нарезанный кусочками небольшой кабачок, который даст сок.

Капуста белокочанная в тесте

1 кочан капусты (примерно 1 кг), соль, молотый черный перец.

Для теста: 1 стакан муки, 2 яйца, 1 столовая ложка растительного масла.

Кочан очистить от верхних листьев, ополоснуть, кончиком острого ножа вырезать кочерыжку, опустить в кипящую подсоленную воду, сварить, отцедить, разобрать на листья. Каждый лист посыпать солью и перцем. Обмакнуть в тесто из муки, яиц и растительного масла и сразу же обжарить на растительном масле. Подавать с картофелем.

Капуста квашеная, тушеная с фасолью

400 г квашеной капусты, 300 г фасоли, 1 стакан томатного сока, 3 луковицы, 1 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки мелко нарезанного зеленого лука, 2 стакана воды, соль, черный молотый перец.

Замоченную фасоль отварить, посолить, дать постоять 30 минут под крышкой, откинуть на дуршлаг. Репчатый лук нарубить и спассеровать на растительном масле, добавить отжатую мелко рубленную квашеную капусту, томатный сок, закрыть крышкой и тушить до готовности, периодически помешивая. Добавить отваренную фасоль, перец и довести до кипения. При подаче посыпать зеленью.

Капуста краснокочанная, тушеная с фасолью

1 кг капусты, 1 стакан фасоли, 1 столовая ложка пшеничной муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 луковицы, 2 столовые ложки томата-пюре, соль

Краснокочанную капусту очистить, промыть, разрезать на четыре части, положить в кастрюлю и тушить с добавлением воды и жира. Доведенную до мягкости капусту соединить с вареной фасолью, поджаренной на масле мукой, томатом-пюре, посолить, все хорошо перемешать и тушить еще 5–7 минут. Капусту подать на стол с отварным картофелем.

Капуста краснокочанная с рисом

1 кочан капусты, 1 головка репчатого лука, ½ стакана риса, ½ стакана бульона, ½ стакана топленого масла, соль

Репчатый лук измельчить и поджарить на теплом масле. Небольшой кочан капусты мелко нарезать. Смешать с луком, выложить в эмалированную посуду, поверх положить слой риса, добавить топленое масло и бульон. Плотно закрыть посуду крышкой и варить все на слабом огне до готовности.

Цветная капуста, жареная в тесте

2 кочана капусты, ½ стакана пшеничной муки, ½ стакана молока, 4 яйца, ½ стакана томатного соуса, 4 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Вареную цветную капусту разобрать на мелкие кочешки, слегка обсушить их в салфетке. Подготовленные кочешки обмакнуть в жидкое пресное тесто и опустить в сильно разогретый жир. Жарить до образования румяной корочки. Подавать сразу же по готовности. При подаче полить маслом. Можно отдельно подать томатный соус.

Для приготовления жидкого теста яичные желтки растереть (можно с добавлением 1 столовой ложки растительного масла), влить молоко, предварительно его посолив. Все хорошо перемешать. Всыпать муку, снова хорошо размешать, а затем ввести хорошо взбитые белки и окончательно перемешать.

Цветная капуста, запеченная с мясом и брынзой

300 г цветной капусты, 300 г вареной говядины, 100 г брынзы, 10 мл растительного масла, 100 г сметаны, 2 столовые ложки панировочных сухарей, масла для смазывания формы, соль.

Цветную капусту сварить в подсоленной воде и разобрать на соцветия. Половину капусты выложить в смазанную жиром форму или кастрюлю. Вареное мясо пропустить через мясорубку. Посолить, смешать с брынзой и положить поверх капусты. Сверху положить еще один слой цветной капусты и сбрызнуть растопленным маслом. Залить сметаной, посыпать панировочными сухарями и запечь в духовом шкафу. Полавать с зеленым салатом.

Цветная капуста, запеченная под майонезом

Капусту отварить в подсоленной воде до полуготовности, разобрать на отдельные части, положить на смазанную маслом сковороду, залить майонезом и запечь в духовке.

Пудинг из цветной капусты

2 кочана капусты, 1 яйца, 4 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана молочного соуса, ½ стакана томатного соуса.

Отварить капусту, обсушить и протереть через сито. Заправить пюре густым молочным соусом, после чего хорошо прогреть и заправить сырыми яйцами. Подготовленную массу выложить в форму, смазанную маслом, и варить на

ляной бане в течение 50 минут. Подавать на блюде, залив томатным соусом.

Запеканка овощная со сметаной

1 кг разных овощей (6 больших картофелин, 4 моркови, 3 корнеплода петрушки, 1 стебель лука-порея, ½ корнеплода сельдерея, 3–4 цуковицы), 3–4 столовые ложки томатной пасты, несколько сушеных грибов, 2 яйца, 3 столовые ложки маргарина, 1 стакан сметаны, 3 столовые ложки тертого твердого сыра, соль, молотый черный перец, укроп, маргарин.

Картофель вымыть, сварить в кожуре, охладить, очистить. Нарезать ломтиками. Корнеплоды тщательно вымыть, очистить, ополоснуть и сварить в небольшом количестве воды, охладить, нарезать ломтиками. Картофель обжарить на маргарине, перемешать с овощами, рубленными яйцами, сваренными вкрутую, и отварными грибами. Добавить нарезанный свежий лук, укроп, соль и перец, перемешать.

Выложить в кастрюлю, смазанную жиром, сбрызнуть овощным отваром и залить сметаной, смешанной с томатной пастой. Посыпать тертым сыром и запекать в умеренно нагретой духовке в течение 45–50 минут.

Котлеты из капусты и фасоли

700 г капусты, 200 г фасоли, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, 1 яйцо, соль, молотый черный перец, толченые сухари.

Капусту очистить от верхних листьев, ополоснуть, сварить в подсоленной воде, отцедить. Капусту и фасоль пропустить через мясорубку. Лук очистить, порезать, поджарить на растительном масле до янтарного цвета, добавить в массу. Перемешать массу с яйцом, приправить солью и перцем. Сформовать котлеты, запанировать в толченых сухарях, обжарить в растительном масле. Подавать с любым салатом из свежих овощей.

Котлеты капустные с яблоками

1 кочан капусты, 1 стакан молока, 2 яблока, ½ стакана манной крупы, 2 яйца, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, соль

Очищенную свежую капусту промыть, мелко нашинковать и припустить в молоке с добавлением воды. В готовую капусту добавить очищенные, мелко нарезанные яблоки и продолжать припускание, затем добавить манную крупу, перемешать, припускать 10 минут, посолить, доба-

вить яйца. Сформовать котлеты, обвалять в сухарях и пожарить.

Котлеты пшенные или рисовые с морковью

80 г пшена или риса, 70 г моркови, 20 г маргарина сливочного, ½ яйца, 10 г сухарей молотых, 30 г сметаны или 100 г соуса, соль.

Сварить вязкую кашу. Морковь очистить, нарезать соломкой, обжарить и пропустить через мясорубку. Кашу соединить с морковным пюре, яйцом и вымешать. Сформовать котлеты, запанировать их в сухарях и обжарить. Подать со сметаной, молочным или сметанным соусом.

Котлеты рисовые с творогом

1 стакан риса, 1 стакан творога, 2 яйца, 1 желток, зелень петрушки, жир, соль.

В трех стаканах подсоленной воды сварить рис, снять с огня и остудить. К рису прибавить творог, яйцо, желток, черный перец и мелко нарезанную зелень петрушки. Смесь тщательно перемешать и разделать из нее котлеты. Подготовленные котлеты обвалять в муке или в сухарях, смочить во взбитом яйце, положить на сковороду с сильно нагретым жиром и обжарить. Подать

котлеты с салатом: из латука, из помидоров, из огурцов, из тертой моркови.

Котлеты из фасоли

100 г фасоли, 3 картофелины, 1 луковица, 1 яйцо, соль, перец по вкусу, панировочные сухари

Фасоль отварить и протереть в горячем виде через сито или пропустить через мясорубку. Протереть сваренный картофель, смешать, добавить яйцо, соль и перец по вкусу, пассерованный лук. Из полученной массы сформовать котлеты. Панировать и жарить в сухарях. Подать с томатным соком или томатным соусом.

Котлеты из манной крупы и творога

250 г творога, 3 столовые ложки манной крупы, 3 столовые ложки муки, 2 яйца, ½ чайной ложки пищевой соды, перец, жир, соль

К творогу прибавить манную крупу, взбитые яйца, соду, соль и черный перец по вкусу. Смесь тщательно перемешать и разделать из нее небольшие круглые котлетки. Обвалять котлетки в сухарях или в муке, положить на сковороду с сильно нагретым жиром и обжарить. Подать к столу с кислым молоком или салатом.

Котлеты капустные с яблоками

800 г капусты, 200 мл молока, 150 г яблок, 60 г крупы, 2 яйца, 60 г сухарей панировочных, 60 г масла топленого, 20 г масла сливочного, соль

Очистить свежую капусту, промыть, мелко нашинковать и припустить в молоке, добавить воду. В готовую капусту, не снимая с огня, добавить очищенные, мелко нарезанные яблоки, манную крупу, перемешать, припустить еще 10 минут, дать немного остыть, посолить, добавить яйца, хорошо перемешать. Сформовать котлеты, обвалять в сухарях и поджарить на сливочном масле.

Котлеты овощные

1 кг овощей (200 г моркови, 200 г брюквы, 300 г тыквы или кабачков, 300 г капусты), 1½ стакана молока, ½ стакана манной крупы, 3 яйца, ½ стакана сухарей, 4 столовые ложки масла, соль.

Очищенные и промытые морковь и брюкву тонко нашинковать, сложить в кастрюлю, подлить горячего молока, добавить столовую ложку масла, соль, накрыть крышкой и поставить на плиту тушить. Через 15 минут в эту же кастрюлю положить нашинкованную капусту, а затем

очищенную и нарезанную тыкву или кабачки и все это тушить до готовности, примерно 15–20 минут. Когда овощи будут готовы, всыпать в кастрюлю манную крупу и варить 8–10 минут, все время помешивая, чтобы не было комков. После этого поставить кастрюлю на стол, положить яйца и соль, хорошо вымешать и охладить.

Из охлажденной массы приготовить котлеты. Смочить яичным белком, обвалять в сухарях и обжарить с обеих сторон. Готовые котлеты подать к столу со сметанным или молочным соусом.

Котлеты из сои

200 г сои (1 стакан), 1 небольшая черствая булка, ½ стакана молока, 20 г сушеных грибов, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 2 яйца, зелень петрушки, соль, молотый черный перец, толченые сухари, растительное масло для поджаривания.

Сою перебрать, промыть, замочить. Спустя несколько часов сварить в этой же воде, отцедить, откинув на сито. Пропустить через мясорубку вместе с булкой, намоченной в молоке и отжатой.

Грибы помыть, сварить в небольшом количестве воды, откинуть на сито, мелко порубить. Мелко порезать зелень петрушки. Лук очистить, порезать, поджарить на растительном масле.

В соевый фарш добавить грибы, лук, яйцо, соль и черный перец. Сформовать котлеты, обмакнуть в яйцо и запанировать в толченых сухарях. Поджарить с обеих сторон на разогретом растительном масле. Подавать с картофелем и салатом из свежих овощей или соусом из хрена.

Котлеты из ячневой крупы и грибов

1½ стакана ячневой крупы, 1 стакана разбавленного водой грибного отвара, 20 г сушеных грибов, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 2 яйца, соль, молотый черный перец, 1 пучок укропа, толченые сухари, растительное масло или маргарин для поджаривания.

Грибы промыть и сварить в небольшом количестве воды, вынуть, отцедить и мелко нарезать. Грибной отвар посолить, разбавить водой, вскипятить, всыпать промытую и отцеженную крупу и варить на небольшом огне, часто помешивая.

Сваренную кашу положить в миску, остудить. Лук очистить, нарезать, поджарить на растительном масле до янтарного цвета. В кашу вбить яйца, добавить грибы, соль, лук, перец, мелко нарезанный укроп и тщательно перемешать. Сформовать котлеты, запанировать в толченых

сухарях и обжарить в разогретом растительном масле.

Котлеты из гороха

100 г гороха, 750 мл воды, 1 черствая булочка (50 г), 2 луковицы средней величины, 3 столовые ложки растительного масла, 2 яйца, 3 зубка чеснока, толченые сухари, соль.

Горох промыть, залить холодной водой. Через несколько часов сварить в этой же воде, посолив в конце варки, отцедить, пропустить через мясорубку. Булку намочить в воде, отжать, лук очистить и мелко нарезать, поджарить до янтарного цвета. В гороховое пюре добавить булку, лук, яйца и растертый с солью чеснок.

Фарш вымесить. Сформовать котлеты. Запанировать в толченых сухарях и обжарить на разогретом растительном масле или маргарине.

Подавать с любым острым соусом и овощным салатом.

Грибы жареные

500 г свежих грибов, 4 столовые ложки муки, 4 столовые ложки масла, соль.

Грибы (белые, шампиньоны, рыжики) очистить, промыть, ошпарить горячей водой и обсу-

...ить в полотенце. Нарезать их затем крупными кусками, посолить и обжарить с обеих сторон в разогретой сковороде с маслом. После этого посыпать мукой и все вместе еще раз прожарить. Подать на той же сковороде горячими, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Грибы с луком

500 г свежих грибов, 1 головка лука, 1 столовые ложки масла, соль.

Очищенные грибы промыть, обжарить, нарезать тонкими ломтиками, посолить, обжарить на масле и смешать с отдельно поджаренным луком. При подаче на стол грибы посыпать зеленью петрушки или укропа. К готовым грибам при желании можно добавить жареный картофель.

Грибы тушеные

500 г свежих грибов, 3 столовые ложки масла, зелень, соль.

Грибы (лисички, опенки, сыроежки) очистить, промыть, вскипятить в подсоленной воде. Откинуть на дуршлаг, переложить в кастрюлю с разогретым маслом, добавить 2–3 столовые ложки бульона, накрыть крышкой и тушить при-

мерно 30 минут. При подаче на стол добавить рубленую зелень и размешать.

Грибы, тушенные в сливках

500 г грибов, 1 стакан сливок, 2 столовые ложки масла, зелень петрушки и укропа, гвоздика, корица, лавровый лист, соль

Свежие грибы (белые, подберезовики, подосиновики) очистить, промыть и ошпарить, а затем нарезать ломтиками, посолить и слегка обжарить. После этого сложить их в горшок или кастрюлю и залить кипяченными сливками. Зелень петрушки и укропа связать, вложив в середину пучка корицу, гвоздику, перец, лавровый лист, и положить в кастрюлю с грибами. Грибы посолить, накрыть крышкой и поставить в умеренно горячий шкаф на 1 час для тушения. Когда грибы будут готовы, связанную зелень вынуть, а грибы подать в той же посуде, в которой они тушились.

Картофель, фаршированный сыром

12 картофелин, 2 столовые ложки растительного рафинированного масла, 9 столовых ложек сливочного масла, 1 стакан тертого сыра, 3 желтка, 1 стакан сметаны, молотый перец, соль.

Картофель в кожуре тщательно вымыть щеткой смазать растительным маслом, натереть солью и испечь в духовке. С каждой картофелины срезать верхушку, вынуть ложкой внутреннюю часть, размять ее, смешать с маслом, сыром (оставив немного для запекания), желтками и сметаной, посолить, поперчить по вкусу и этой смесью нафаршировать картофелины. Затем посыпать их тертым сыром и запекать в духовке, пока сыр не расплавится.

Котлеты картофельные с брынзой

7 картофелин, 1 стакан измельченной брынзы, ½ стакана отварного риса, 1 яйцо, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, 2 столовые ложки муки.

Картофель отварить в мундире, очистить, охладить и натереть на терке; брынзу тоже натереть. Картофель, брынзу и отваренный до полуготовности рис смешать, вбить 3 яйца, осторожно перемешать, добавить мелко нарезанную зелень. (Солить не надо, поскольку брынза достаточно соленая.)

Из полученной массы сформовать котлеты, обвалять их в муке и окунуть во взбитое яйцо. Жарить на масле.

Оладьи картофельные с сыром

10 картофелин, ½ стакана муки, 100 г сыра, 3 яйца, 1 стакан молока, соль по вкусу, растительное масло, сметана.

Картофель отварить и размять с молоком. Затем вбить яйца, добавить тертый сыр, муку, соль. Можно добавить толченые семена укропа и кинзы. Тесто хорошо перемешать. Разогреть в сковороде растительное масло и ложкой выкладывать картофельное тесто. Обжаривать до золотистого цвета. Подать со сметаной.

Запеканка картофельная с сыром

10 картофелин, 2 столовые ложки сливочного масла, ½ стакана тертого сыра, 2 яйца, 1 стакан молока (сметаны или сливок), 2 столовые ложки молотых сухарей, перец, соль.

Картофель очистить, отварить в подсоленной воде до полуготовности и отцедить. Затем нарезать не очень тонкими кружочками, уложить в смазанную маслом глубокую сковороду слоями, посыпая тертым сыром и перцем. После этого залить смесью из яиц и молока, посолить, посыпать сухарями, положить кусочки масла и запечь до образования румяной корочки.

Кабачки, фаршированные брынзой

5 небольших кабачков, 1 стакан тертой брынзы, 2–3 яйца, соль, черный перец, зелень петрушки, сливочное масло.

Очистить кабачки и разрезать по длине. Сварить до мягкости, охладить и затем удалить мякоть с семенами. Мякоть мелко порубить и смешать с тертой брынзой, яйцами, солью, черным перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки, затем наполнить кабачки подготовленным фаршем. Уложить их на противень, смазанный маслом, сбрызнуть растопленным сливочным маслом, влить немного воды и запечь в духовке. Подать с кислым молоком.

Кабачки под белым соусом с сыром

1 кг кабачков, 15 г сливочного масла, 1 столовая ложка тертого сыра, соль

Для белого соуса: *½ столовой ложки муки, 25 г сливочного масла, ½ стакана молока.*

Очистить кабачки от кожицы, натереть на крупной терке, чтобы получились длинные стружки, после чего слегка отварить в подсоленной кипящей воде. Когда кабачки почти сварятся, откинуть их на дуршлаг, дать стечь воде, затем опустить в белый соус и перемешать с тер-

тым сыром. Выложить все в форму, смазанную сливочным маслом, и запечь в духовке до образования румяной корочки.

Приготовление белого соуса: муку слегка поджарить в сливочном масле, долить горячее молоко и дать прокипеть 5 минут.

Помидоры, запеченные с сыром

1 кг помидоров, 500 г отварных грибов, 200 г репчатого лука, 150 г твердого сыра, 60 г сливочного масла, перец, соль.

Посуду смазать сливочным маслом, уложить в нее несколькими слоями ломтики помидоров, посыпать солью, перцем, мелко нарезанными грибами и луком, тертым сыром. Поставить в не очень жаркую духовку для запекания.

Тыква, запеченная с сыром

1 кг желтой тыквы, 2 крупные картофелины, 150 г тертого сыра, 150 г сливочного масла, 4 яйца, соль, перец, мускатный орех, панировочные сухари, 1 кусочек сахара.

Тыкву и картофель очистить, нарезать кубиками и варить в течение 30 минут, бросив в воду кусочек сахара. Затем воду слить, а тыкву и кар-

...ую форму, смазанную ...
...ить в духовке до ...
...ки.

...соуса: муку слегка ...
...ас, долить горячее ...
...инут.

...ые с сыром

...ых грибов, 200 г ...
... сыра, 60 г сливоч...

...маслом, уложить ...
...тики помидоров ...
...со нарезанными ...
... Поставить в ...
...кания.

...ром

...картофелины, ...
...очного масла, ...
...х, панировоч...

...елать кубик...
...ося в воду ...
...кву и кар...

...ртой брынзой, полить 1 чайной ложкой растопленного сливочного масла и дополнить соусом. Наполненные фаршем помидоры поставить в среднюю нагретую духовку на 30 минут.

Запеканка из помидоров с брынзой

50 г сливочного масла, 1 луковица, 6 помидоров, 1 столовая ложка пшеничной муки, ½ стакана молока, 1 яйцо, 100 г измельченной брынзы, зелень петрушки.

В сливочном масле поджарить до золотистого цвета мелко нарезанный лук, положить нарезанные помидоры и жарить их вместе с луком 10–15 минут; затем добавить пшеничную муку и полученную смесь положить на противень. Взбить яйцо с молоком и залить смесь. Сверху посыпать брынзой, мелко нарезанной петрушкой. Запечь в духовке до готовности.

Баклажаны с сыром

2 крупных баклажана, 5–6 помидоров, 1 головка репчатого лука, 5–7 столовых ложек оливкового масла, 200 г твердого голландского сыра, соль, молотый черный перец

Нарезать баклажаны кружочками толщиной 1 см. Посолить их и дать полежать 30 минут. Вымыть их хорошенько и обсушить. Снять кожицу с помидоров и нарезать их.

Мелко нашинковать лук и обжарить его в нескольких столовых ложках масла до золотистого цвета. Переложить его на отдельную тарелку.

Натереть оставшееся масло и обжарить в нем баклажаны с обеих сторон до коричневатого цвета. Слегка приправить овощи специями.

В форму, смазанную маслом, положить слой баклажанов, сверху положить немного жареного лука, а затем помидоры. Посыпать сыром и продолжать выкладывать слои, пока не закончатся все продукты. Закончить слоем сыра. Запечь в духовке при температуре 190 °С.

Перец, запеченный с сыром

1 кг перца, 4 столовые ложки сливочного масла, 3 яйца, ½ стакана тертого твердого сыра, ½ стакана молока

Очищенный от сердцевины перец запечь до тех пор, пока стручки не приобретут коричневый оттенок. Очистить от кожицы, уложить на противень, залить смесью из взбитых яиц, тертого сыра и молока, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке.

Баклажаны, запеченные с сыром и ветчиной

150 г сыра сулугуни, 150 г сыра чеддер, 1,5 кг баклажанов, 100 мл растительного масла, 1 кг свежих помидоров, 40 г сливочного масла, 250 г ветчины, соль, перец.

Очищенные баклажаны разрезать вдоль на 2 части и в течение 10 минут жарить на растительном масле. Затем переложить их в форму для запекания, посолить, поперчить, положить нарезанную ветчину, прикрыть очищенными от кожицы и нарезанными ломтиками помидорами и посыпать мелко нарезанным сыром сулугуни, перемешанным с чеддером. Сверху положить несколько кусочков сливочного масла. Поставить форму в духовку на 30 минут.

Кабачки, фаршированные сыром

800 г кабачков, соль.

Для фарша: 2 яйца, 1 стакан тертого сыра (голландского), 3 столовые ложки топленого масла, 3 стакана кефира, чеснок.

Кабачки промыть, срезать плодоножку, нарезать вдоль и чайной ложкой удалить семена. После этого кабачки опустить на 5 минут в кипящую подсоленную воду и откинуть на сито или дуршлаг.

Приготовление фарша: мелко нарезать сваренные вкрутую яйца, добавить тертый сыр, топленое масло и тщательно перемешать.

Затем кабачки наполнить фаршем, уложить на противень, смазанный маслом, сбрызнуть мас-

ть разрезать вдоль и
нут жарить на расти
ожить их в форм
перчить, положить
ыть очищенными
тиками помидора
ным сыром сму
ром. Сверху поло
ливочного масла
на 30 минут.

ные сыром

кан тертого сыра
ложки топленого
ок.

подоножку, над
далить семена
а 5 минут в ми
инуть на сито

нарезать ква
тый сыр, топ
ить.
ем, уложить
рызнуть мас

тем запечь. К кабачкам подать кефир с измель-
ченным чесноком.

Капуста белокочанная отварная с сыром

1 кг белокочанной капусты, 50 г сливочного масла, 1 стакан тертого сыра, соль

Плотную белокочанную капусту очистить от загрязненных листьев, вымыть, разрезать попо-лам, положить в кипящую подсоленную воду и варить до мягкости. Затем капусту осторожно положить на решето, дать стечь воде, перенести на металлическое блюдо или сковороду, полить растопленным горячим сливочным маслом, по-сыпать тертым сыром и поставить на 5 минут в духовку.

Кольраби, жаренная с сыром

600 г кольраби, 30 г молотых сухарей, 50 г сливочного масла, ½ стакана тертого сыра (голландского), 2 яйца.

Молодую кольраби очистить от кожицы, вы-мыть, сварить в кипящей подсоленной воде, ох-ладить и нарезать кружочками. Затем каждый кружок обмакнуть в сырые яйца, обвалять в мо-лотых сухарях и обжарить с обеих сторон в сли-

вочном масле. Жареную кольраби посыпать тертым сыром.

Цветная капуста, запеченная с сыром

1 кг цветной капусты, 3 чайные ложки муки, 1½ стакана холодного отвара, в котором варилась капуста, 1 стакана молока, 2 столовые ложки сливочного масла, молотые сухари, 3 столовые ложки тертого сыра, соль.

Плотные белые соцветия цветной капусты промыть, снизу надрезать крестообразно по стержню, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг. Охладить часть капустного отвара, развести в нем муку. Затем влить его в кипящий отвар, в котором варилась цветная капуста. Отвар прокипятить до загустения, после чего влить в него тонкой струйкой молоко, добавить масло, соль, все прогреть, не доводя до кипения.

Цветную капусту разобрать на соцветия, положить на смазанную маслом и посыпанную сухарями сковороду, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом, слегка полить приготовленным на капустном отваре соусом, поставить в духовку и запечь до образования румяной корочки. Остальной соус подать отдельно к готовому блюду.

Суфле из цветной капусты с сыром

1 кг цветной капусты, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, ½ столовой ложки пшеничной муки, 1 стакан молока, 3 столовые ложки тертого сыра (голландского), 3 яйца.

Отварить цветную капусту, дать стечь воде и протереть капусту сквозь сито.

Отдельно в сливочном масле (1 чайная ложка) поджарить мелко нарезанную луковицу, добавить муку, развести молоком, варить до густоты сметаны и смешать с цветной капустой. Затем положить туда же тертый сыр (2 столовые ложки), желтки, сливочное масло (1 столовую ложку) и белки, взбитые в пену.

Взять глиняную кастрюлю (или горшок), смазать оставшимся сливочным маслом, выложить в нее приготовленную цветную капусту, посыпать оставшимся тертым сыром и поставить в духовку, где выдержать до тех пор, пока масса не поднимется и хорошо не подрумянится.

Кукуруза, запеченная со сметаной и сыром

150 г зерен вареной или консервированной кукурузы, 50 г сметаны, 5 г муки, 5 г сливочного масла, 10 г сыра, 10 г зелени петрушки, соль.

Зерна кукурузы выложить в сотейник, прогреть, слить отвар, положить в нее сметану и, помешивая, кипятить до загустения, заправить по вкусу солью, положить невысокой горкой на слегка смазанную сливочным маслом сковороду, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу. Перед подачей на стол кукурузу посыпать зеленью петрушки.

Шпинат с сыром (польская кухня)

1 кг шпината или листьев свеклы, 1½ столовой ложки сливочного масла или маргарина, 1½ столовой ложки муки, 200–250 г твердого сыра, 1 зубочка чеснока, 1 стакан молока, 1 желток, соль, перец

Листья тщательно вымыть (если в свекольных листьях есть утолщения, их нужно вырезать), затем отварить в небольшом количестве воды, остудить и нарезать. Сыр натереть на крупной терке.

На сковороде смешать муку с маслом и развести молоком. Не переставая мешать, снять с плиты, остудить, ввести желток, посолить и добавить мелко нарезанный чеснок и шпинат. Еще раз подогреть и посыпать тертым сыром.

Это блюдо можно запечь в духовке.

Запеканка из зеленого лука с яйцами и брынзой

0,5 кг зеленого лука, 50 г сливочного масла, 3 помидора, ¼ стакана сваренного как для плова риса, ½ стакана воды, ½ стакана молока, 2 яйца, ½ стакана натертой на крупной терке брынзы.

Зеленый лук вымыть, нарезать кусочками длиной 2–3 см (толстые стебли разрезать вдоль) и тушить в сливочном масле. К тушеному луку добавить нарезанные помидоры, сваренный рис, воду и немного масла, все перемешать и переложить на противень. Противень поставить в духовку, где выдержать до тех пор, пока рис не впитает всю воду. Затем взбить яйца с молоком и брынзой, все перемешать и вылить смесь в противень. Слегка размешать и снова поставить в духовку. Подать на стол теплой.

Запеканка из шпината с брынзой

1 кг шпината, 2 столовые ложки топленого масла, 1 луковица, ½ стакана тертой брынзы, ½ стакана молоки, 2 яйца, ½ столовой ложки пшеничной муки.

Шпинат перебрать, тщательно вымыть и крупно нарезать. В половине нормы топленого масла поджарить мелко нарезанный лук. Когда лук

станет мягким, добавить шпинат и тушить до тех пор, пока не испарится содержащаяся в нем вода. Затем добавить оставшееся масло и жарить шпинат в течение нескольких минут. После этого выложить его на противень и перемешать с половиной нормы тертой брынзы. Массу выровнять, залить смесью из молока, яиц и пшеничной муки. Посыпать тертой брынзой и запечь в духовке до готовности.

БЛЮДА ИЗ КРУП

Каша рисовая на грибном бульоне (в горшочках)

2 стакана риса, 3–4 столовые ложки размягченного сливочного масла, 1 луковица, 1 чайная ложка соли.

Для грибного бульона: *5–6 сушеных белых грибов, 3 стакана воды, 1 морковь, по ½ корня петрушки и сельдерея, соль.*

Сварить грибной бульон. Для этого сушеные грибы вымыть, залить на 2–3 часа холодной водой, а затем в этой же воде варить в течение 1–1,5 часа до мягкости, добавив соль и очищенные и измельченные морковь и коренья. Сваренные грибы вынуть и мелко нарезать, а бульон процедить.

Рис перебрать и промыть. Лук почистить, помыть, нашинковать, выложить в разогретую сковороду с половиной сливочного масла и поджарить до золотистого цвета.

В порционные горшочки влить горячий грибной бульон, положить обжаренный лук и быстро довести до кипения. Затем, помешивая, всыпать крупу, проварить 5 минут, уменьшить огонь до слабого, накрыть горшочки крышками и варить еще 10 минут. Добавить оставшееся сливочное масло и измельченные грибы, перемешать, поставить горшочки в нагретую духовку и запекать кашу на медленном огне в течение 20–30 минут.

Каша рисовая по-итальянски

2 стакана риса, 4 стакана воды, 100 г сливочного масла, настойка шафрана, 100 г тертого сыра, соль.

Рис промыть и отварить до полуготовности в воде или в мясном бульоне, добавить в него масло и немного настойки шафрана, чтобы каша приняла желтоватый оттенок. Дать каше хорошо дойти в духовке.

При подаче посыпать тертым сыром.

Каша рисовая с грибами

500 г риса, 100 г белых грибов, 50 мл подсолнечного масла, 1 л грибного отвара, соль, зелень.

Белые грибы перебрать, отварить и поджарить на подсолнечном масле. Рис промыть, всыпать в кастрюлю, добавить поджаренные грибы, соль, зелень, перец горошком, залить грибным отваром и сварить. Кашу подавать заправленной сливочным маслом.

Каша рисовая (пшенная, пшеничная) вязкая с черносливом

250 г крупы, 1 столько воды, 200 г чернослива, 25 г сахара, 50 г сливочного масла, соль.

Чернослив помыть, залить холодной водой, проварить 10 минут, снять с огня для набухания. Затем отвар перелить в кастрюлю, добавить в него воду, соль, сахар, довести до кипения, всыпать перебранный и промытый рис, пшено или пшеничную (полтавскую) крупу и варить, помешивая, до поглощения крупой всей жидкости. Поверхность каши разровнять, кастрюлю накрыть крышкой, поставить в другую посуду с водой и в духовке довести до готовности. Перед подачей кашу разложить на тарелки, полить ра-

сливочным маслом, сверху положить чернослив (с косточками).

Каша гречневая рассыпчатая

1 стакан гречневой крупы, 2 стакана воды, 1 столовая ложка растительного или сливочного масла, сода на кончике ножа, соль

Рассыпчатая гречневая каша обычно готовится из ядрицы, то есть целых ядрышек крупы, а из мелкой (продела) или молотой (смоленской) гречневой крупы делают вязкую кашу-размазню.

Гречневую крупу перебрать. Накалить сковороду и на медленном огне обжарить до золотистого цвета, непрерывно помешивая. Вскипятить воду, посолить, всыпать соду и добавить масло. В кипяток, помешивая, медленно всыпать гречку. Варить на слабом огне еще 15 минут. Прикрыть полотенцем или укутать, чтобы каша дошла.

Каша гречневая с яйцами и салом

2 стакана гречневой крупы, 3 яйца, 100 г свиного сала, 2 столовые ложки растопленного сливочного масла, 1 чайная ложка соли.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить и нашинковать. Гречневую крупу перебрать и хорошо промыть холодной водой.

В порционные горшочки, смазанные изнутри маслом, положить половину нарезанного тонкими ломтиками сала, всыпать крупу, заполнив горшочки наполовину, залить кипятком, чтобы он только покрыл гречку, накрыть крышкой и оставить на 10–15 минут. Затем добавить измельченные яйца, сливочное масло и соль, перемешать, не касаясь сала, накрыть сверху ломтиками сала, поставить в нагретую духовку и запекать на слабом огне в течение часа.

Каша гречневая с мясной заправкой

1 стакан гречневой крупы, 1½ стакана воды, 30 г сливочного масла или маргарина, 1 чайная ложка соли

Для мясной заправки: 100 г мозгов или 100 г телячьей печени, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка уксуса, 1 лавровый лист, 3–5 горошин черного перца, соль

Приготовить рассыпчатую гречневую кашу и смешать ее с мясной заправкой.

Приготовление заправки из мозгов или печенки: мозги замочить в холодной воде на 30–40 минут. После этого удалить пленки, положить мозги в кастрюлю с кипящей водой, добавить соль, уксус, перец горошком, лавровый лист и варить

в течение 15–20 минут. Печень, зачистив от пленок и желчных протоков, опустить в кастрюлю с холодной водой, добавить соль и специи и сварить до мягкости. Затем мозги или печень нарезать небольшими кусочками, слегка обжарить на разогретом масле вместе с очищенным и измельченным луком и смешать с готовой кашей.

Каша селянская

3 стакана гречневой каши, 300 г жареной печени, 1 головка репчатого лука, 2½ столовой ложки сливочного масла, 2 яйца, 200–300 г шпика, соль.

Сварить рассыпчатую гречневую кашу, добавить масло, пропущенную через мясорубку жареную печень, нашинкованный пассерованный лук, сваренные вкрутую мелко рубленные яйца, посолить и перемешать.

В глубокую сковороду уложить отбитый шпик, на него – кашу, сверху прикрыть шпиком. Запекать в духовке до образования румяной корочки.

Каша гречневая, запеченная с сыром

400 г гречневой крупы, 1 столовая ложка сливочного масла, сыр, немного тертых сухарей, соль.

Крупу просеять, подрумянить в духовке и высыпать в горшок (крупа должна занимать не больше половины его объема). Затем добавить масло, соль, залить кипятком, покрыв им всю крупу, все перемешать и поставить в духовку. Готовую гречневую кашу выложить слоями, пересыпая тертым сыром и сбрызгивая маслом, на смазанное маслом и посыпанное сухарями глубокое огнеупорное блюдо, подрумянить в духовке. Подавать на стол со сливочным маслом.

Каша овсяная «Геркулес»

1 стакан крупы «Геркулес», 250 мл воды, 10 г сахара, 20 г сливочного масла, соль.

Воду довести до кипения, посолить, добавить сахар, засыпать крупу и варить, помешивая, при слабом кипении в течение 15–20 минут. Подавать кашу горячей с кусочком сливочного масла.

Каша манная

350 г манной крупы, 800 мл воды, мясного бульона или грибного отвара, 50 г топленого масла.

Манную крупу подсушить и смешать с топленым маслом. В кипящую воду (мясной бульон или грибной отвар) добавить соль по вкусу.

Затем засыпать подготовленную крупу и тщательно перемешать, чтобы не было комков. Полученной кашей поместить в духовку на 20–30 минут.

Каша манная с клюквой

50 г манной крупы, 100 г клюквы, 165 мл воды, 40 г сахара.

Клюкву промыть, отжать сок, мезгу залить водой и прокипятить. В этот отвар добавить сахар, довести до кипения, влить сок клюквы. Когда сироп закипит, всыпать манную крупу и заварить кашу. Готовую кашу выложить на эмалированный противень, охладить, нарезать на порции, посыпать сахаром.

Каша из цельной пшеничной крупы

2 стакана крупы, 5–6 стаканов воды, соль.

Из этой крупы лучше готовить вязкую кашу. Крупу перебрать, промыть, засыпать в кипящую подсоленную воду и варить под крышкой при помешивании 25–30 минут, после чего поставить для набухания на 1,5–2 часа. Рекомендуется пропустить готовую кашу через мясорубку, а затем прогреть с маслом или сделать из нее запеканку (можно также приготовить котлеты, биточки).

Каша из дробленой пшеничной крупы

2 стакана крупы, 4 стакана воды (для рассыпчатой каши) или 5 стаканов воды (для вязкой), 1 чайная ложка соли.

В кипящую подсоленную воду положить предварительно промытую крупу. Варить, помешивая, 15–20 минут. Когда каша загустеет, поставить ее на 40–50 минут томиться под крышкой. Подавать с маслом или со сгущенным молоком.

Каша пшеничная вязкая с черносливом

50 г пшеничной крупы, 175 мл воды, 5 г сахара, 40 г чернослива, 10 г сливочного масла или маргарина.

Чернослив перебрать, промыть в холодной воде, отварить и дать постоять, чтобы он хорошо набух. Отвар слить, добавить нужное количество воды, довести до кипения, всыпать крупу и варить кашу до готовности.

При подаче на стол сверху положить чернослив (с косточкой) и полить маслом.

Каша перловая рассыпчатая

1 стакан перловки, 3 стакана воды, 50 г сливочного масла или сала, соль.

Подготовленную крупу залить горячей водой и довести до кипения. Затем воду слить, а кашу вновь залить горячей подсоленной водой, добавить жир, перемешать, закрыть крышкой и варить в духовке, чтобы вода полностью впиталась в крупу, после чего кашу вновь перемешать.

Сваренная таким образом каша получается рассыпчатой, не пригорает и не высыхает, а горлочек придает неповторимый вкус. Подавать с молоком, маслом или шкварками и луком.

Каша перловая с грибами и луком

1½ стакана крупы, 1 стакана воды, 2 луковицы, 10 сухих белых грибов, 4 столовые ложки масла, соль.

Грибы отварить, мелко порубить и обжарить на растительном масле с мелко нарезанным луком. Замоченную крупу варить в грибном бульоне 30 минут. Затем добавить в нее грибы с луком, перемешать.

Каша перловая с кабачками и помидорами

1½ стакана крупы, 4 стакана воды, 1 кабачок, 3 красных помидора, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки рубленого укропа, соль.

Замоченную крупу отварить. Лук мелко порубить. Кабачки очистить от кожицы и семян, порезать. В кастрюлю с кашей положить кабачки, лук, дольки помидоров, укроп, растительное масло и прогреть.

Каша из перловки с сушеными яблоками

1 стакан крупы, ½ стакана сушеных яблок, 2–3 столовые ложки клюквенного сока, сахар, соль.

Перловую [illegible] замочить, а затем, добавив соль, [illegible] почти до готовности. Положить мелко [illegible] яблоки, сахар, влить клюквенный [illegible] до полной готовности крупы. Подавать [illegible] с молоком.

Каша из ячневой или дробленой овсяной крупы

2½ стакана крупы, 1 [illegible] стакана воды, 1 чайная ложка соли, 2–3 столовые ложки масла.

В кастрюлю с водой положить 1 столовую ложку масла и посолить. Когда вода закипит, всыпать предварительно подготовленную крупу и варить до загустения. После этого поставить кашу на 30–40 минут для упревания. Готовую кашу размешать, разложить на тарелки и полить маслом.

Каша ячневая с маслом

2½ стакана ячневой крупы, 100 г сливочного масла, 1 чайная ложка соли.

Подготовленную крупу залить горячей водой, посолить, перемешать и поставить в духовку. Когда крупа разбухнет, долить немного воды и так поступать несколько раз, пока крупа не сварится. Выложить на блюдо, полить горячим маслом.

Каша ячневая со шкварками и грибами

1 стакан ячневой крупы, 2½ стакана воды, 30 г сливочного и 2 столовые ложки растительного масла, 60 г свиного сала, 1 луковица, 5–6 шампиньонов, соль.

Подготовленную крупу высыпать в керамические горшочки с кипящей водой, заполнив их наполовину, добавить сливочное масло, посолить, перемешать и варить на небольшом огне, пока каша не загустеет. Затем горшочки с кашей поставить в нагретую духовку и упаривать еще 2,5–3 часа.

Свиное сало без шкурки нарезать мелкими кубиками, положить на сковороду, наполовину выжарить и убрать со сковороды. Лук измельчить, обжарить на вытопившемся жире и пере-

мешать со шкварками. Готовую заправку соединить с горячей кашей и подавать в горшочках.

Отварные шампиньоны мелко посечь, обжарить в растительном масле, добавить пассерованный лук и положить в кашу за 5 минут до конца варки.

Каша ячневая с сушеными грибами

1 стакан ячневой крупы, 2½ стакана воды, 5–6 сушеных грибов, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, соль

Сушеные грибы промыть, залить холодной водой и оставить на 3–4 часа. Затем вынуть, нарезать маленькими ломтиками, сложить в порционные глиняные горшочки и залить водой, в которой они замачивались.

Подготовить крупу. Лук почистить, измельчить и обжарить на сковороде с растительным маслом, помешивая, до золотистого цвета.

Опустить в горшочки с грибами ячневую крупу и лук, посолить, перемешать, поставить в духовку и варить в течение 2,5–3 часов до размягчения.

Это блюдо можно подавать как в горячем, так и в холодном виде. В последнем случае к ячневой каше нужно подавать квас.

Каша пшенная с маслом

2 стакана пшена, 4 стакана воды, 1 чайная ложка соли, 2–3 столовые ложки масла.

В кастрюлю с водой положить 1 ложку масла и соль по вкусу. Когда вода закипит, засыпать предварительно промытое пшено и варить до загустения. Затем кашу надо оставить на 50–60 минут, чтобы она дошла. В готовую кашу положить сливочное масло и хорошо размешать.

Кашу можно приготовить и другим способом. В кастрюлю влить 7–8 стаканов воды и всыпать 1 чайную ложку соли. Когда вода закипит, опустить промытое пшено и варить 10–15 минут. После этого воду слить, в кашу положить 1 столовую ложку масла и поставить томиться на 40–50 минут. В готовое блюдо добавить 1–2 столовые ложки масла и размешать.

Каша пшенная с салом

400 г пшенной крупы, 150 г копченого сала, 80 г лука, 1 чайная ложка красного перца, немного черного перца, соль.

Сало нарезать мелкими кубиками и вытопить жир. Шкварки вынуть, а в жире подрумянить нашинкованный лук, всыпать пшено, красный пе-

рец. Перемешать пшено с жиром и обжаривать 8–10 минут, затем залить водой, посолить и варить до готовности. В конце добавить по вкусу черный перец.

Каша чумацкая

400 г пшена, 500 г белых грибов, 100 г сала, 100 г лука, зелень укропа, мята

Свежие грибы почистить, промыть, мелко посечь и обжарить на сале с репчатым луком.

Подготовленное пшено отварить до полуготовности, перемешать с грибами и луком, посолить и поставить в духовку.

Готовая каша должна быть рассыпчатой. При подаче на стол кашу посыпают зеленью укропа или мелко нарезанной мятой.

Каша пшенная с черносливом

180 г пшенной крупы, 180 мл воды, 120 г чернослива, 50 г сливочного масла, соль, сахар.

Чернослив промыть, залить водой и проварить. Отвар слить, добавить к нему воду, сахар, засыпать перебранную и промытую крупу и сварить вязкую кашу. При подаче положить чернослив и полить маслом.

Каша кукурузная с баклажанами

1½ стакана кукурузной крупы, 1 столовая ложка оливкового масла, 1 луковица, 2 небольших баклажана, 1 зубчик чеснока, 300 г консервированных помидоров в собственном соку, 1½ чайной ложки соли, сыр твердых сортов, зелень для украшения.

На оливковом масле обжарить нашинкованный репчатый лук и баклажаны, очищенные и нарезанные кубиками. Готовить до мягкости, помешивая. Положить и измельченный чеснок и тушить 1 минуту. Добавить раздавленные вилкой помидоры, соль и ½ стакана воды. Тушить в течение 10 минут, помешивая. Сварить густую кукурузную кашу на воде. Подавать кашу с баклажанами, посыпав тертым сыром и зеленью.

Полента, запеченная с овощами

400 г кукурузной крупы мелкого помола, 200 г сыра, 1 луковица, по 1 стручку красного и желтого перца, 200 г виноградных помидоров, 150 г стручковой фасоли, 200 г брокколи, 100 г грибов, 25 г топленого масла, 100 мл белого вина, перец, сахар, соль.

Натреть духовку до 200 °С, влить в кастрюлю 0,5 л воды, дать ей закипеть, посолить, всы-

пать, непрерывно помешивая, крупу, довести до кипения и отставить. Накрыть противень бумагой для выпекания, выложить приготовленную массу слоем толщиной в 1 см.

Нарезать сыр маленькими кубиками и посыпать поленту. Запекать в духовке около 20 минут. Порубить лук. Подготовить овощи. Нарезать кубиками стручки перца. Бланшировать фасоль 3 минуты, а затем откинуть на дуршлаг и дать жидкости стечь. Разделить брокколи на соцветия. Почистить и посечь грибы. Обжарить лук в топленом масле, добавить овощи, грибы, долить вино и тушить, пока жидкость не испарится (около 7 минут), заправить солью, перцем и сахаром. Нарезать поленту кусочками в виде ромбиков и разложить по тарелкам вместе с овощами.

Вместо свежих овощей можно использовать замороженные.

Каша кукурузная вязкая с яйцами

1 стакан кукурузной крупы, 3¼ стакана воды, 2 яйца, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки сахара, соль.

Кашу варить так же, как и гречневую. Готовое блюдо посыпать рублеными яйцами и полить маслом.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3
САЛАТЫ 5
Салаты из мяса, птицы и субпродуктов 5
Салат из телятины, зеленого горошка и яблок 5
Салат из маринованных грибов, ветчины и свежих овощей 5
Салат из мяса, огурцов и зелени 6
Салат из мяса, сельди, картофеля и соленых огурцов 6
Салат из свинины, соленых огурцов с соусом «Южный» 7
Салат мясной с картофелем, яблоками и огурцами 8
Салат из говядины, помидоров и зеленого салата 8
Салат мясной с фасолью и картофелем 9
Салат из ветчины с макаронами и цветной капустой 9
Салат из мяса с листьями салата 10
Салат мясной со свежими овощами 10
Салат из телятины и свинины 10
Салат мясной с рисом и апельсинами 11
Салат мясной с шампиньонами и луком 11
Салат из мяса, языка, картофеля и свеклы 12

Салат из ветчины, фасоли и лука 12
Салат из мяса, яиц и помидоров 12
Салат из говядины, телятины и свежих огурцов 13
Острый мясной салат 13
Мясной салат по-сербски 14
Салат «Праздничный» 15
Салат из ветчины с яблоками 15
Салат из говядины с фасолью 16
Салат из говядины с морковью 17
Салат из говядины с рисом и зеленью 18
Салат из говядины с яблоками 19
Салат «Украинский» 20
Салат по-шведски 20
Салат «Закусочный» 21
Салат овощной со свеклой 22
Салат из свинины с грибами и огурцом 23
Салат «Наполеон» 24
Салат со свиным окороком 25
Салат «Три поросенка» 25
Салат из свиного окорока с хреном 26
Салат со свининой «Крестьянский» 27
Салат со свининой 27
Пряный салат со свининой 28
Салат по-корсикански 29
Салат «Утро» 30
Салат «Королевский» 30
Салат «Минутка» 31
Салат «Дон Жуан» 32
Салат «Новогодний» 32

Салат «Экзотик» 33
Салат «Браво» 34
Салат по-норвежски 35
Салат из куриного мяса с манго 36
Салат из куриного мяса с черешней 37
Салат «Наслаждение» 38
Салат по-испански 39
Салат «Адам» 39
Салат «Мистраль» 40
Салат из цыпленка с соевым соусом 40
Салат из цыпленка с рисом 42
Салат «Фантазия» 42
Салат по-датски 43
Салат из цыпленка с яблоками 44
Салат из цыпленка с вином 44
Салат «Французский» 45
Медовый салат с цыпленком 46
Салат из цыпленка с грибами и сельдереем 47
Салат из птицы с консервированной фасолью 47
Салат из курицы и грибов 48
Салат из птицы, яиц, маринованных огурцов и картофеля 48
Салат из индейки и ананасов 49
Салат из индейки с персиками 49
Салат из индейки с черносливом 50
Салат из индейки с кукурузой 51
Салат из индейки с квашеными яблоками 51
Острый салат с индейкой 52
Салат из индейки с мандаринами 53

Салат из гуся с фруктами 54
Салат с мясом и сыром 54
Салат из утки с орехами 54
Салат из утки с зеленым горошком 55
Салат из утки с яйцами 56
Салат из утки с соленьми огурцами 56
Салат из утки с абрикосами и грибами 57
Салат с языком 58
Салат из печени 58
Салат из вымени с анчоусами 59
Салат из молодой рисом 60
Салат из языка с сыром 61
Салат из сердца с грибами 62
Салат из вымени с анчоусами и изюмом 62
Салат по-домашнему 63
Салат к завтраку 64
Салат из языка 64
Салат из ветчины с сельдереем 65
Салат из ветчины с авокадо 65
Салат из бананов с ветчиной 66
Салат по-польски 67
Салат из ветчины с виноградом 67
Салат из ветчины с чесноком 68
Салат ананасовый с ветчиной 69
Салат из рулета с кукурузой и гранатом 70
Салат ветчинный с яблоками и сыром 71
Салат «Степной» 71
Салат из манго с буженной 72
Салат из грейпфрутов с карбонадом 73

Салат из бекона с орехами 74
Салат с беконом-гриль 75
Салат из корейки с дыней 76
Салат с беконом по-йоркширски 77
Рыбные салаты 77
Салат из свежей рыбы с яйцом и зеленью 77
Салат из свежей рыбы с помидорами и огурцами 78
Салат из свежей рыбы с яйцами, редисом и огурцами 78
Салат из рыбы с рисом 79
Салат из рыбы с помидорами 79
Салат из трески с хреном 80
Салат из рыбы, яиц и моркови 81
Салат из хека с картофелем и яйцами 81
Салат из рыбы, помидоров со сметаной 82
Салат из рыбы, картофеля и зеленого салата 82
Салат из сельди с маринованными грибами 83
Салат из рыбы с овощами 83
Салат из камбалы с майонезом 83
Салат из трески, яиц и сыра 84
Салат из судака, картофеля и маринованного перца 84
Салат из хека с майонезом 85
Салат из трески, моркови и картофеля 85
Салат из раков, зеленого горошка и картофеля 86
Салат из раков, помидоров и цветной капусты 86
Салат из свежей сельди с грибами 87
Салат из осетрины с помидорами и яблоками 88

Салат из сельди и яиц с луком 88
Салат из сельди и риса 89
Салат из сельди с луком и яблоками 90
Салат из сельди с картофелем и солеными огурцами 90
Салат из сельди с картофелем и луком 91
Салат из сельди с помидорами 91
Салат из сельди с [illegible] и луком 91
Салат из сельди с [illegible] 92
Салат из сельди с [illegible] и фасолью 93
Салат из сельди с [illegible] 93
Салат из [illegible] сельди 93
Салат из [illegible] с овощами 94
Салат из [illegible] с добавлением сельди и сладкого перца 94
Салат из сельди [illegible] 95
Салат из [illegible] с яблоками 95
Салат из [illegible] с яблоком 96
Салат из сельди, [illegible] с луком 96
Салат из сельди с яблоками 97
Салат из [illegible] сельди с молодым картофелем 97
Салат из рубленой кильки 98
Салат из сельди с сладкого перца и моркови 98
Салат из сельди с помидорами, луком и яйцами 99
Салат из копченых сардин с огурцами и луком 100
Салат из сельдей трески, картофеля и яиц 100
Салат из картофеля и копченых сардин 101
Салат из трески или морского окуня с овощами 101

Салат из кильки, картофеля и огурцов ... 102
Салат из кильки, моркови и картофеля ... 102
Салат из тунца с фасолью ... 103
Салат «Катарина» ... 104
Салат из кильки с маринованными овощами ... 104
Салат из белуги с помидорами ... 105
Салат из сельди с яйцами ... 106
Салат по-домашнему ... 107
Салат из копченой рыбы с яблоками ... 107
Салат рыбный по-крымски ... 108
Салат из рыбы по-польски ... 109
Салат из сельди «Нептун» ... 109
Салат «Неаполь» ... 110
Салат из скумбрии с перцами ... 111
Салат по-милански с яйцами ... 111
Салат из палтуса с морковью и сельдью ... 112
Оригинальный салат из рыбных консервов ... 113
Салат из ставриды с помидорами ... 114
Салат «Надуя» ... 114
Салат с копчеными сардинами ... 115
Салат из консервов «Костромской» ... 116
Салат из трески с сельдереем ... 117
Салат «Венеция» ... 117
Салат из сайры по-сельски ... 118
Салат из соленой трески с яблоками ... 119
Салат «Нимфа» ... 119
Салат из тунца с капустой ... 120
Салат из терпуга с цветной капустой ... 121
Салат «Золотая серия» ... 122

Греческий салат 123
Салат из сельди «Копенгаген» 123
Салат из тунца с яблоками и сельдереем 124
Салат из осетрины с хурмой 125
Салат из хека с маринованным луком 126
Салат из трески с фасолью 126
Салат из сельди со спаржей и фасолью 127
Салат из пикши со стручковым перцем 128
Салат «Рыжик» 129
Салат по-белорыбски 129
Салат из трески с шпиком и морковью 130
Салат из скумбрии с курагой 131
Салат к пиву 132
Салат рыбный со стручковой фасолью 133
Салат из хека с солеными огурцами 134
Салат с лососем 135
Салат из тунца с гранатом 135
Салат из мойвы с грибами 136
Салат из ставриды со свеклой 137
Салат из сырой рыбы 138
Острый салат из минтая 138
Салаты из морепродуктов 139
Салат из креветок с кукурузой 139
Салат «Черноморский» 140
Крабовый салат с рисом 140
Салат из кальмаров с квашеной капустой 141
Салат «Розовый жемчуг» 142
Салат из кальмаров с луком и оливками 143
Салат «Портовый» 144

Салат из крабов с изюмом и яблоками 144
Салат «Тропик» 145
Салат по-севастопольски 146
Салат из мидий с зеленым горошком 147
Салат из консервированных кальмаров 148
Салат из морского гребешка 148
Салат из креветок с брынзой 150
Салат из креветок с мандаринами и сыром 150
Салат из капусты с зеленым горошком 151
Салат из печени трески 151
Салат «Морской» 152
Салат «Португалия» 153
Салат «Ассоль» 153
Салат из устриц с оливками 154
Салат из печени трески с рисом и гранатом 155
Салат «Каприччо» 156
Салат из трепангов с яблоками и горошком 156
Салат из кальмаров с капустой 157
Салат из кальмаров со сваркой 157
Салат «Карина» 158
Салат из креветок «Оригинальный» 159
Салат из устриц с бобами 160
Салат «Гамбринус» 161
Салат из трепангов с яблоками 162
Пряный крабовый салат 162
Салат по-болгарски 163
Салат из мидий с перцем 164
Салат из морской капусты и крабов 164
Салат из кальмаров по-корейски 165

Салат «Русалка» 166
Салат по-калининградски 166
Салат из кальмаров с вином и помидорами 167
Салат из жареных крабов 168
Салат из консервированных крабов 169
Салат из крабов с овощами 169
Салат крабовый с грибами 170
Салат из крабов с яблоками 171
Салат из крабов с сельдереем 171
Салат из трепангов 172
Салат по-норвежски 173
Салат «Нерпа» 174
Салат из жареного морского гребешка 175
Салаты с грибами 176
Салат из телятины, грибов и языка 176
Салат мясной с грибами, креветками
и помидорами 176
Салат из жареной телятины, грибов
и зеленого горошка 177
Салат грибной с ветчиной 178
Салат из вареного мяса, грибов и лука 178
Салат из грибов, мяса и соленых огурцов 179
Салат из свинины, грибов и картофеля 179
Салат из грибов, мяса и яблока 180
Салат из грибов с мясом и фасолью 181
Салат из грибов, риса и помидоров 181
Салат из грибов и мозгов с лимонным соком 181
Салат грибной с рисом и жареной говядиной 182
Салат из грибов, языка и свеклы 183

Салат из грибов, говядины и помидоров ... 183
Салат из грибов, телятины и свинины ... 184
Салат из грибов и ветчины с макаронами ... 184
Салат из грибов с окороком и языком ... 185
Салат из грибов, ветчины, фасоли и помидора ... 185
Салат из грибов, сосисок и зеленого лука ... 186
Салат из грибов, колбасы и корнишонов ... 186
Салат из грибов, овощей и красной икры ... 187
Салат из грибов с курицей ... 188
Салат из грибов с цыпленком и сельдереем ... 189
Салат из грибов, курицы и картофеля ... 189
Салат из твердого сыра и маринованных грибов ... 190
Салат с сыром по-голландски ... 190
Салат из грибов, дичи и зелени ... 190
Салат из грибов, овощей и дичи ... 191
Салат из грибов, ветчины с рисом и горошком ... 192
Салат из грибов и печени с картофелем и луком ... 193
Салат из грибов, цветной капусты и каперсов ... 193
Салат из грибов, дичи и овощей ... 194
Салат из грибов и мяса кролика ... 194
Салат из рыбы с рисом и грибами ... 195
Салат из рыбы с грибами и помидором ... 195
Салат из грибов, рыбы и яиц ... 196
Салат из грибов, филе трески и хрена ... 197
Салат из рыбы, грибов и сыра ... 197
Салат из грибов, судака и огурца ... 198
Салат из кальмаров, грибов и картофеля ... 198

Салат из кальмаров с рисом и грибами ... 199
Салат из кальмаров, грибов и яблок ... 199
Салат из грибов, креветок и горошка ... 200
Салат из грибов, креветок и риса ... 200
Салат из [illegible] грибов и овощей ... 201
Салат из [illegible] с овощами и грибами ... 202
Салат из [illegible] с грибами ... 202
Салат из [illegible] грибов и перца ... 203
Салат из [illegible] грибов и перца ... 204
Салат из [illegible] грибов, яиц и овощей ... 205
Салат из [illegible] с овощами ... 205
Салат из [illegible] с яйцами ... 206
Салат из [illegible] с яйцами и яблоком ... 207
Салат из [illegible] с яйцами и яблоками ... 207
Салат из [illegible] грибов и яблок ... 208
Салат из корнеплодов с грибами и зеленым салатом ... 208
Салат из картофеля с грибами и копчеными сардинами ... 209
Салат из трески и грибов с зеленью ... 209
Салат из грибов и соленых огурцов ... 210
Салат из грибов, риса и спаржи ... 210
Салат из грибов, картофеля и соленых огурцов ... 211

Салат из грибов, сладкого перца и яблок 211
Салат из грибов, редьки и мяса 212
Салат из грибов и белокочанной капусты 212
Салат из зеленой фасоли и грибов 213
Салат из грибов, редьки и кислого граната 213
Салат из маринованных грибов, картофеля
и клюквы 214
Салат из грибов, редьки и картофеля 214
Салат из шампиньонов, сельдерея и фруктов 215
Салат из грибов, курятины и зеленого горошка 215
Салат из грибов, помидоров и кабачков 216
Салат из грибов, кольраби и сельдерея 217
Салат из грибов и редьки с орехами 217
Салат из грибов, ананасов и бананов 218
Салат из грибов, зеленого салата, сыра
и белого хлеба 218
Салат из свежей капусты, грибов
и маринованного перца 219
Салат из грибов, сельдерея и сладкого перца 219
Салат из грибов, помидоров и сельдерея 220
Салат из грибов и сельдерея с орехами 220
Салат из грибов, редиса и помидоров 221
Салат из грибов, спаржи и зеленой фасоли 221
Салат из грибов с овощами и фруктами 222
Салат из бананов, ветчины и шампиньонов 222
Салат из грибов, апельсинов и маслин 223
Салат из грибов, сельдерея и фруктов 223

Салат из грибов, зеленого горошка и отварного языка 224
Салат из грибов, соленых огурцов и мяса цыпленка 224
Салат из грибов, редьки и огурцов 224
Салат из грибов, квашеной капусты и картофеля 225
Салат из грибов, сыра и мандаринов 225
Салат из грибов, языка, картофеля и зеленого горошка 226
Салат из грибов и [illegible] с красным перцем 226
Салат из грибов, сыра и [illegible] 227
Салат из грибов, [illegible] и сладкого перца 227
Салат из грибов, [illegible] и фасоли 228
Салат из грибов, [illegible] цветной капусты 228
Салат из грибов, помидоров и огурцов 229
Салат из грибов и [illegible] 229
Салат из грибов, языка и свеклы 230
Салат из грибов, печени и репчатого лука 230
Салат из сушеных грибов, картофеля и кукурузы 231
Салат из грибов, свеклы и яблок 231
Салат из грибов, моркови и зеленого горошка с яйцом 232
Салат из грибов, рыбы и картофеля 232
Салат картофельный с грибами и яблоками 233
Салат из грибов и репчатого лука 233
Салат из грибов, фасоли и зеленого салата 234
Салат из грибов с зеленым салатом и яйцом 234
..... 235

Салат из грибов, редьки и соленых огурцов ... 235
Салат картофельный с грибами 236
Салат из грибов, куриного мяса и овощей 236
Салат из грибов, зеленого салата
и свежих огурцов 237
Салат из грибов, хрена и яблок 237
Салат из грибов и помидоров с горохом 237
Салат из грибов, картофеля, сладкого перца
и копченой колбасы 238
Салат из грибов, редиса и шавеля 238
Салат из грибов, редиса и огурцов 239
Салат из грибов, помидоров, огурцов
и сладкого перца 239
Салат из грибов, помидоров, огурцов
и капусты 240
Салат из грибов и помидоров с бобовыми 240
Салат из грибов, помидоров и яблок 241
Салат из грибов, баклажанов и помидоров 241
Салат из грибов, картофеля, свеклы,
моркови и лука 242
Салат из грибов, белокочанной капусты
и копченой колбасы 242
Салат из грибов, краснокочанной капусты
и яблок 243
Салат из грибов, белокочанной капусты,
помидоров и моркови 243
Салат из грибов, белокочанной капусты, зеленого
лука и яблок 244

Салат из грибов, цветной капусты и бобовых 244
Салат из грибов, соленых огурцов и квашеной капусты 245
Салат из грибов, соленых огурцов, яблок и корня петрушки 245
Салат из свежих грибов 246
Салат из грибов, [illegible] и консервированной кукурузы 246
Салат из грибов, [illegible] стручковой фасоли 247
Салат из [illegible] грибов 247
БУТЕРБРОДЫ 248
Бутерброды с [illegible] 248
Бутерброды с [illegible] и маслом 248
Бутерброды с [illegible] 249
Бутерброды с [illegible] шампиньонами 250
Бутерброды с помидорами 250
Бутерброды с [illegible] 250
Бутерброды с маслинами 251
Бутерброды с сельдью 251
Бутерброды с брынзой и перцем 252
Бутерброды со сгущенным 252
Бутерброды с вареными грибами 252
Бутерброды с килькой 253
Бутерброды с копченой рыбой 253
Бутерброды с луком и помидорами 253
Бутерброды со шпиком 254
Бутерброды с яйцом 254

Бутерброды с паштетом из маслин и огурцом .. 254
Бутерброды с огурцом 255
Бутерброды с колбасой 255
Бутерброды с жареным мясом 255
Бутерброды с сыром 256
Бутерброды с вареной рыбой 256
Бутерброды с анчоусами 257
Бутерброды с копченой рыбой и творогом 257
Бутерброды с копченой рыбой 258
Бутерброды с икрой минтая (трески) 258
Бутерброды с черной икрой 258
Бутерброды с овечьим сыром 259
Бутерброды с зеленым фасолью и грушами 259
Бутерброды с ветчинной массой 260
Бутерброды с яичным паштетом 260
Бутерброды с брынзой 261
Бутерброды с рыбными консервами 261
Бутерброды с сардинами 262
Бутерброды по-испански 262
Бутерброды с кетчупом 263
Бутерброды с белыми грибами 263
Бутерброды с салом 264
Бутерброды с творогом и чесноком 264
Бутерброды из фаршированного хлеба 264
Торт бутербродный с селедочным маслом 265
Торт бутербродный с сельдью и грибами 266
Торт бутербродный с паштетом 267
Торт бутербродный с творогом и окороком 267
Торт бутербродный с сыром и ветчиной 268

Торт бутербродный с сыром, ветчиной и курицей 269
Торт бутербродный с сырной массой 269
Торт бутербродный фигурный с сыром, ветчиной, паштетом 270
Торт бутербродный «Смесь» 271
Торт бутербродный «Нинка» 272
Торт бутербродный с ананасом и черносливом. 273
Торт бутербродный с творогом 273
Торт бутербродный с консервированной рыбой и грибами 274
Торт бутербродный с сырками 275
Торт бутербродный с сыром, ветчиной и маслинами 276
Торт бутербродный с сырным маслом 276
Торт бутербродный с творожным сыром и окороком 277
Торт бутербродный с сырным или ветчинным маслом 277
Торт бутербродный с сельдью и яйцом 278
Торт бутербродный с ветчиной и яйцом 279
Торт бутербродный с сухим вином 279
Бутерброды с творогом, вареньем и орехами .. 280
Бутерброды «Негритенок» 280
Двойные бутерброды из печенья с джемом 281
Бутерброды с шоколадным маслом 281
Бутерброды с фруктами 282
Сладкие бутерброды с медом и ягодами 282
Бутерброды с творогом, орехами и изюмом 282

Бутерброды с сыром и фруктами 283
Бутерброды с творожным кремом 283
Бутерброды с медом, орехами и изюмом 284
Бутерброды с острым сыром 284
Бутерброды с творогом 285
Бутерброды с пастой из тертой моркови
и чеснока 285
Сандвич слоеный с рыбными консервами
и сыром 286
Бутерброды с пастой из яиц
со свежим огурцом и зеленым луком 287
Бутерброды с пастой из орехов, чеснока
и майонеза 287
Бутерброды с яичным и сливочным маслом 288
Бутерброды с ветчиной и сыром 289
Бутерброд-башня с килькой, ветчиной
и сыром 289
Бутерброд-пирамида с ветчиной, сыром
и яйцом 290
Бутерброд-башня с ветчиной 291
Бутерброд-башня с сыром и колбасой 291
Бутерброд-башня с сельдью и яйцом 292
Бутерброд-рулет с мясными продуктами 292
Бутерброд-рулет с ветчинным маслом 293
Бутерброд-рулет с мясом курицы
и ветчиной 293
Бутерброд-рулет «Пикантный» 294
ПЕРВЫЕ БЛЮДА 295
Супы из молочных продуктов 295

Суп с репой и кислым молоком ... 295
Суп с горохом, рисом и кефиром ... 295
Суп армянский ... 296
Суп из редиса с кефиром ... 297
Суп из моркови с кефиром ... 297
Суп из свеклы с кислым молоком ... 297
Суп холодник «Тарагор» ... 298
Суп кисломолочный с баклажанами или кабачками ... 298
Холодник по-мински ... 299
Холодный томатный суп на кефире ... 300
Борщ на кислом молоке ... 300
Окрошка ... 301
Суп литовский ... 301
Летний суп из репы ... 302
Суп из яблок и кефира ... 302
Холодник из простокваши ... 303
Суп из клубники ... 303
Суп из простокваши с фруктами ... 303
Суп молочный с рисом ... 304
Суп молочный с пшеном ... 304
Суп молочный с перловой крупой ... 305
Суп молочный с ячневой крупой ... 305
Суп молочный с крупой и морковью ... 306
Суп молочный рисовый протертый ... 306
Суп молочный с рисом и фасолью ... 307
Суп молочный с запеченным рисом ... 307
Суп молочный с рисом и изюмом ... 308
Суп молочный манный с морковью и тыквой ... 308

Суп молочный 309
Суп молочный с манной крупой 309
Суп овсяный протертый на молоке с яйцами 310
Суп молочный из овсяных хлопьев с яблоками ... 310
Суп молочный манный с изюмом 310
Суп молочный с овсяными хлопьями
«Геркулес» 311
Суп молочный с горохом и перловой крупой 311
Суп молочный с домашней лапшой 312
Суп молочный с клецками 312
Суп молочный из печенья 313
Суп молочный с галушками 313
Суп молочный из сухарей 314
Суп молочный с овощами 314
Суп молочный с кабачками 315
Суп молочный с молодой морковью 315
Суп молочный с цветной капустой 316
Суп молочный с картофельными
фрикадельками 316
Суп молочный с картофелем и кабачками 317
Суп молочный с картофелем и овощами 317
Суп «Весенний» 318
Суп молочный с картофельными «стружками» .. 319
Суп молочный с картофелем, шпинатом
и щавелем 319
Суп молочный с капустой 320
Суп молочный с брюссельской капустой
и гренками 320
Суп молочный с помидорами 321

Суп картофельный с молоком 321
Суп молочный с тыквой 322
Суп молочный с тыквой и картофелем 322
Суп молочный из кукурузы и картофеля 323
Суп из шпината с молоком 323
Суп из зеленого горошка со свежим молоком .. 324
Суп грибной с молоком 325
Суп-пюре молочный из моркови 325
Суп-пюре молочный из тыквы и манной крупы 326
Суп-пюре из свежих помидоров 326
Суп пюре молочный с морковью и рисом 327
Суп-пюре кабачковый 328
Суп-пюре из кукурузы 329
Суп молочный заварной с клубникой 329
Суп молочный с яблоками 330
Супы с сыром 330
Суп сырный 330
Суп сырный с луком 331
Суп луковый с сыром 332
Суп луковый со свиным салом и сыром 332
Суп с картофелем и сыром 333
Суп овощной с сыром или брынзой 334
Бульон с сырными лепешками 335
Бульон с сырными клецками 335
Суп с мясом и сыром 336
Суп «Миннестра» 336
Зеленый суп с сыром 337
Суп швейцарский с хлебом и сыром 338

Суп с сыром ... 338
Сырный суп с манной крупой ... 339
Суп из колбасы, молока и сыра ... 340
Суп молочный с рисом и брынзой ... 340
Борщи, щи, похлебки, супы ... 341
Борщ полтавский с галушками ... 341
Борщ черниговский ... 342
Борщ львовский ... 343
Борщ волынский ... 344
Борщ закарпатский ... 344
Борщ гуцульский ... 345
Борщ галицкий ... 346
Борщ одесский ... 346
Борщ ялтинский ... 347
Борщ смоленский ... 348
Борщ селянский ... 348
Борщ флотский ... 349
Борщ московский ... 350
Борщ сибирский ... 351
Борщ белорусский ... 352
Борщ венгерский ... 353
Борщ чешский ... 353
Борщ болгарский ... 354
Борщ польский ... 355
Борщ из свиной грудинки со свеклой ... 356
Борщ с фасолью ... 356
Борщ с консервированной фасолью и салом ... 357
Борщ с уткой и тонкой грудинкой ... 358
Борщ с потрохами ... 359

Борщ с репой 359
Борщ с кефиром 360
Борщ летний с грибами 361
Грибной борщ 362
Борщ с грибами и кильками в томате 362
Борщ с грибами и черносливом 363
Борщ зеленый украинский 364
Борщ с грибами и свежей капустой 365
Постный борщ с грибами и квашеной капустой 366
Борщ со свекольной ботвой (летний) 366
Борщ из свекольной ботвы с сушеными грибами 367
Борщ со шпинатом и щавелем 368
Борщ с ушками 369
Борщ днепровский 370
Борщ постный с карасями 370
Борщ со скумбрией 371
Борщ холодный рыбный 372
Борщ холодный свекольный 373
Борщ холодный мясной 373
Борщ холодный по-днепропетровски 374
Борщ холодный по-полтавски 374
Борщ криворожский холодный 375
Борщ роменский холодный 376
Борщ холодный с фасолью 377
Борщ холодный с щавелем 378
Борщ селянский холодный 378
Борщ холодный из молодой свеклы 379

Капустняк запорожский 380
Капустняк грибной по-гуцульски 381
Капустняк украинский 381
Капустняк с грибами 382
Капустняк с фасолью 383
Капустняк с кашей 384
Щи из свежей капусты 384
Щи деревенские 385
Щи из квашеной капусты 386
Щи суточные 386
Щи сборные 387
Щи по-крестьянски 388
Щи из квашеной капусты с говядиной 389
Щи из свежей капусты с грибами 389
Щи с фасолью 390
Щи из свежей капусты с сушеными грибами 390
Щи кислые с грибами 391
Щи из квашеной капусты с грибами 392
Щи с грибами по-монастырски 392
Щи летние 393
Щи кислые летние 394
Щи из свежей капусты с яблоками 394
Щи рахмановские 395
Щи кислые по-русски 396
Щи из квашеной капусты по-белорусски 396
Щи с ячневой крупой 397
Необычные щи 398
Щи по-польски 398
Щи по-фински 399

Щи на мясном бульоне 399
Щи весенние 400
Щи из клевера и щавеля 400
Щи из крапивы 401
Щи зеленые 401
Похлебка русская 402
Похлебка грибная 403
Похлебка грибная с перловой крупой 404
Похлебка с курицей 404
Похлебка картофельная с помидорами 405
Похлебка английская 405
Юшка картофельная с морковью 406
Юшка картофельная с зеленым горошком 406
Юшка картофельная с кабачками 407
Юшка картофельная с фасолью 408
Юшка картофельная с цветной капустой 408
Юшка грибная 409
Юшка по-охотничьи 410
Юшка овощная 410
Юшка с потрошками 411
Юшка с галушками по-полтавски 411
Юшка рыбная 412
Юшка перловая с грибами 412
Юшка киевская 413
Юшка крестьянская 414
Юшка картофельная с мясом 415
Юшка грибная с фасолью 416
Юшка с фрикадельками 416
Юшка сырная 417

Юшка молочная с галушками 417
Рассольник с почками 418
Рассольник домашний 419
Рассольник с перловой крупой 419
Рассольник с гречневой крупой 420
Рассольник грибной 421
Рассольник с рыбными консервами 421
Рассольник с потрошками 422
Солянка сборная мясная 423
Солянка сборная мясная по-белорусски 424
Солянка «Скромная» 424
Солянка украинская 425
Солянка рыбная сборная 426
Солянка московская 427
Солянка донская 428
Рыбная солянка с грибами 428
Солянка сборная с осетриной 429
Рыбная солянка по-русски 430
Солянка «Матросская» с перловой крупой и кальмарами 431
Солянка грибная сборная 432
Солянка с грибами и рыбой 433
Солянка грибная с квашеной капустой 434
Уха 435
Уха по-рыбацки 435
Уха «Ассорти» 436
Уха рыбацкая (двойная) 436
Уха из рыбной смеси 437
Уха рыбная с белым столовым вином 438

Уха ростовская 438
Уха со сладким перцем 438
Уха по-венгерски 439
Простая уха из окуней и ершей 440
Уха «Рыбацкая» 440
Уха домашняя из консервов 441
Уха холодная 442
Чорба из мелкой рыбы 442
Суп рыбный из консервов 443
Суп из консервов 444
Суп с судаком 444
Суп с морскими ежами 445
Суп из камбалы 446
Суп из кролика с грибами и изюмом 447
Суп рыбный со щавелем 448
Суп рыбный с шпротами 449
Суп овощной с рыбой и сардинами 449
Суп с рыбой и фасолью 450
Суп крабовый с рисом 451
Суп с кальмарами 452
Суп из свежих креветок 453
Суп грибной 454
Суп из грибов с варениками 454
Суп картофельный грибной с черносливом и изюмом 455
Суп грибной со свеклой 456
Суп из говядины 456
Суп мясной по-русски 457
Суп молдавский с фрикадельками 457
..... 458

Суп польский с перловкой 459
Харчо по-грузински 459
Суп с телятиной 460
Суп острый 461
Суп с фрикадельками 462
Суп полевой 463
Суп овощной с мясными трубочками 463
Суп с галушками из говяжьей печени 464
Суп мясной с фасолью и капустой 465
Суп мясной с овощами и макаронами 465
Суп из свинины 466
Суп по-варшавски 466
Суп из копченой свинины 467
Суп со шпинатом и грибами 468
Суп-буглама из баранины с баклажанов 468
Суп из баранины с рисом 469
Суп из баранины с горохом 470
Суп-лапша по-бурятски 470
Суп по-покровски 471
Суп из баранины с фрикадельками 172
Суп из печени по-венски 472
Суп из почек по-английски 473
Суп из субпродуктов с фасолью 474
Суп из мозгов 474
Суп из языка с сыром 475
Суп из потрохов с яблоком 475
Суп с курицей по-киевски 476
Суп с луком-пореем по-английски 477
Суп-бозартма из цыпленка 478

Суп с курицей по-севастопольски 478
Суп из птицы с перловкой и грибами 479
Куриный суп с грибами по-венгерски 480
Харчо из курицы с орехами 481
Суп с куриной печенью 482
Суп из кролика 483
ВТОРЫЕ БЛЮДА 485
Мясные блюда 485
Говядина, тушеная с овощами 485
Говядина отварная с хреном 486
Говядина, тушеная с репчатым луком 486
Говядина, тушеная с овощами и рисом 487
Говядина отварная с овощами 488
Говядина, тушеная с черносливом 489
Говядина с морковью 490
Говядина духовая 490
Домашнее жаркое 491
Мясо с фасолью 492
Жаркое с квашеной капустой 492
Баранина, тушеная с черносливом 493
Баранина, жареная с фасолью 494
Баранина, запеченная с фасолью 494
Баранина с пшеном 495
Рагу из баранины и овощей 495
Баранина с фасолью 496
Баранина в соусе с овощами 497
Баранина с рисом и тыквой 497
Баранина, тушеная с овощами в горшочке 498
Чахохбили из баранины 499

Блюда из птицы 499
Чахохбили из цыпленка 499
Индейка с подливой 500
Гусь с яблоками 501
Утка с рисом 502
Утка, тушеная с овощами 502
Утка с луком 503
Утка или гусь тушеные 504
Цыпленок жареный с помидорами и кабачками 504
Курица отварная 505
Курица жареная 506
Курица фаршированная 506
Курица отварная с овощами 507
Курица отварная подварная 508
Курица, тушеная с овощами 508
Рыбные блюда 509
Треска, тушеная со шпателем 509
Лень с капустой 510
Треска, жареная с тмином 511
Караси в сметане 512
Лещ с хреном и яблоками 512
Хек с тмином, жареный в тесте 513
Карп, тушеный с луком 513
Рыба, запеченная по-домашнему 514
Сечники из рыбы 515
Рыба отварная с черемшой 516
Блюда из овощей и грибов 516
Зеленые помидоры с морковью и чесноком 516

Зеленые помидоры с орехами ... 517
Шпинат, запеченный с яйцом ... 518
Морковь, тушеная с рисом и черносливом ... 518
Морковь с рисом ... 519
Морковь, тушеная с яблоками и маслом ... 519
Морковь в молочном соусе ... 519
Морковь со сливками ... 520
Бабка из моркови ... 520
Топинамбур под соусом ... 521
Топинамбур, запеченный в соусе бешамель ... 521
Патиссоны, жареные с сыром и яйцом ... 522
Патиссоны жареные ... 523
Патиссоны отварные ... 523
Патиссоны, тушеные с мясом ... 524
Тыква жареная ... 524
Тыква, запеченная с яйцом ... 524
Тыква с кизилом ... 525
Тыква с йогуртом ... 525
Икра из огурцов, картофеля, моркови и лука ... 526
Тыква, запеченная с сыром ... 526
Брюква жареная ... 527
Брюква, запеченная с яйцом и тертым сыром ... 528
Брюква, фаршированная творогом ... 528
Брюква с грибами, тушеная в сметане ... 529
Кабачки жареные ... 529
Кабачки в сметане ... 530
Кабачки фаршированные ... 530
Икра из печеных кабачков ... 530

Икра из свеклы 531
Свекла печеная с орехами и чесноком 531
Свекла, тушеная с капустой 532
Свекла, запеченная с яйцом 532
Свекла, тушеная в сметане 532
Свекла фаршированная 533
Свекла, тушеная с квашеной капустой 533
Свекла с черносливом 534
Баклажаны, жареные с помидорами 534
Баклажаны, фаршированные сыром 535
Баклажаны, тушеные с помидорами 535
Баклажаны тушеные 536
Баклажаны с рисом и помидорами 536
Баклажаны с луком 537
Баклажаны, тушеные в сметане 538
Баклажаны, запеченные с сыром 538
Баклажаны «соте» 539
Икра из баклажанов 539
Икра из баклажанов с жареным луком и помидорами 540
Бобы с маслом и луком 540
Бобы с томатом и луком 541
Бобы зеленые тушеные 541
Зеленый горошек с салатом 542
Лук репчатый тушеный 542
Лук репчатый жареный 543
Пюре из зеленого горошка и латука 543
Сельдерей, тушеный с овощами 543
Спаржа с орехами 544

Спаржа с сыром 545
Плов овощной 545
Плов по-болгарски 546
Голубцы с опятами и рисом 546
Голубцы овощные 547
Голубцы с рисом и луком 548
Голубцы с грибами и яйцом в сметане 549
Голубцы с творогом 550
Голубцы овощные 550
Фасоль стручковая с луком и помидорами 551
Фасоль стручковая с морковью 552
Фасоль стручковая с маслом и яйцами 552
Фасоль стручковая в сметане 553
Фасоль зеленая с творогом 553
Фасоль стручковая отварная со сливочным маслом 554
Фасоль, запеченная с шампиньонами и со сметаной 555
Фасоль спаржевая зеленая 555
Фасоль (горох) с маслом и луком 556
Фасоль со сметаной 556
Фасоль с жареным луком 556
Овощной шницель 557
Капуста в сметане 557
Капуста с перловой крупой 558
Капуста белокочанная в тесте 558
Капуста квашеная, тушеная с фасолью 559
Капуста краснокочанная, тушеная с фасолью 560
Капуста краснокочанная с рисом 560

Цветная капуста, жаренная в тесте 561
Цветная капуста, запеченная с мясом 561
в брынзой 562
Цветная капуста, запеченная под майонезом 562
Пудинг из цветной капусты 563
Запеканка овощная со сметаной 564
Котлеты из капусты и фасоли 564
Котлеты капустные с яблоками 565
Котлеты пшенные или рисовые с морковью 565
Котлеты рисовые с творогом 566
Котлеты из фасоли 566
Котлеты из манной крупы и творога 567
Котлеты капустные с яблоками 567
Котлеты овощные 568
Котлеты из сои 569
Котлеты из ячневой крупы и грибов 570
Котлеты из гороха 570
Грибы жареные 571
Грибы с луком 571
Грибы тушеные 572
Грибы, тушеные в сливках 572
Картофель, фаршированный сыром 573
Котлеты картофельные с брынзой 574
Оладьи картофельные с сыром 574
Запеканка картофельная с сыром 575
Кабачки, фаршированные брынзой 575
Кабачки под белым соусом с сыром 576
Помидоры, запеченные с сыром 576
Тыква, запеченная с сыром 576

Помидоры, фаршированные брынзой 577
Запеканка из помидоров с брынзой 578
Баклажаны с сыром 578
Перец, запеченный с сыром 579
Баклажаны, запеченные с сыром и ветчиной 579
Кабачки, фаршированные сыром 580
Капуста белокочанная отварная с сыром 581
Кольраби, жаренная с сыром 581
Цветная капуста, запеченная с сыром 582
Суфле из цветной капусты с сыром 583
Кукуруза, запеченная со сметаной и сыром 583
Шпинат с сыром 584
Запеканка из зеленого лука с яйцами и брынзой 585
Запеканка из шпината с брынзой 585
Блюда из круп 586
Каша рисовая на грибном бульоне (в горшочках) 586
Каша рисовая по-итальянски 587
Каша рисовая с грибами 588
Каша рисовая (пшенная, пшеничная) вязкая с черносливом 588
Каша гречневая рассыпчатая 589
Каша гречневая с яйцами и салом 589
Каша гречневая с мясной заправкой 590
Каша селянская 591
Каша гречневая, запеченная с сыром 591
Каша овсяная «Геркулес» 592
Каша манная 592

Каша манная с клюквой 593
Каша из цельной пшеничной крупы 593
Каша из дробленой пшеничной крупы 594
Каша пшеничная вязкая с черносливом 594
Каша перловая рассыпчатая 594
Каша перловая с грибами и луком 595
Каша перловая с кабачками и помидорами 595
Каша из перловки с сушеными яблоками 596
Каша из ячневой или дробленой овсяной крупы 596
Каша ячневая с маслом 597
Каша ячневая со шкварками и грибами 597
Каша ячневая с сушеными грибами 598
Каша пшенная с маслом 599
Каша пшенная с салом 599
Каша чумацкая 600
Каша пшенная с черносливом 600
Каша кукурузная с баклажанами 601
Полента, запеченная с овощами 601
Каша кукурузная вязкая с яйцами 602

По вопросам оптовой покупки книг
«Издательской группы АСТ» обращаться по адресу:
Звездный бульвар, дом 21, 7-й этаж
Тел. 615-43-38, 615-01-01, 615-55-13

Книги «Издательской группы АСТ» можно заказать по адресу:
107140, Москва, а/я 140, АСТ — **«Книги по почте»**

Популярное издание

ГОТОВИМ БЫСТРО И ВКУСНО

Самые простые кулинарные рецепты

Редактор-составитель
Калинина Алина

Художественный редактор *И.Ю. Селютин*
Оформление обложки *В.И. Гринько*

Подписано в печать 23.12.09. Формат 60x84 $^{1}/_{32}$.
Усл. печ. л. 18,6. Доп. тираж 10000 экз. Заказ № 388.

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93,
том 2; 953004 — научная и производственная литература

Санитарно-эпидемиологическое заключение
№ 77.99.60.953.Д.012280.10.09 от 20.10.2009 г.

ООО «Издательство АСТ»
141100, Россия, Московская область, г. Щелково, ул. Заречная, д. 96
Наши электронные адреса:
WWW.AST.RU E-mail: astpub@aha.ru
Отпечатано с готовых файлов заказчика в ОАО «ИПК
«Ульяновский Дом печати». 432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

КАРМАННАЯ БИБЛИОТЕКА

С помощью этого издания
кулинария превратится для вас
в легкое, необременительное занятие.
Предложенные рецепты
довольно просты и не требуют
многочасового дежурства на кухне.
Необычное сочетание обычных продуктов —
и новое блюдо готово!

89.90

ISBN 978-5-17-041259-4